

Vivienne

FÜR TEILNEHMERINNEN AN AOK-CURAPLAN BRUSTKREBS



ÄRZTLICHE ZWEITMEINUNG

Vertrauensvolles Miteinander – von Arzt und Patientin

Wesentlich für die moderne Krebstherapie ist das vertrauensvolle Miteinander von Arzt und Patientin. Zweifelt die Patientin an der Behandlungsstrategie, ist das keine gute Basis. Eine unabhängige, fundierte zweite Meinung kann in dieser Situation hilfreich sein. „Scheu ist da fehl am Platz. Wenn wir Unsicherheit bei einer Patientin spüren, ermuntern wir sie sogar dazu“, erläutert Prof. Diethelm Wallwiener, stellvertretender Vorsitzender der Deutschen Gesellschaft für Senologie und Ärztlicher Direktor der Universitätsfrauenklinik Tübingen.

Für eine fundierte Zweitmeinung sollte sich die Patientin persönlich im jeweiligen zertifizierten Brustzentrum vorstellen und alle Unterlagen, also Arztbriefe, Befunde der Bildgebung wie Mammographie, MRT, Ultraschall, CT-Untersuchungen inklusive einer CD mit den Bildern, den vollständigen histo-pathologischen Befund sowie bereits vorliegende Therapieempfehlungen mitbringen. Ist die Operation bereits erfolgt, gilt das auch für den Operationsbericht. „Wir vermitteln unsere Versicherten zur Zweitmeinung gezielt

an erfahrene Spezialisten wie zum Beispiel das Team um Prof. Wallwiener und beraten bei Bedarf auch“, erklärt Dr. Leslie Alice Trautrimts-Michelitsch von der AOK Baden-Württemberg.

Es kann vorkommen, dass Erst- und Zweitmeinung abweichen. Die Gründe sind vielfältig. Der Klassiker: Ein Befund, für den auch die Leitlinie mehrere Behandlungsoptionen vorsieht. „Grundsätzlich sprechen wir nur eine Empfehlung aus. Bei der Entscheidung fließen persönliche Einstellungen der Patientin ein, beispielsweise wie hoch ihr Sicherheitsbedürfnis ist oder welche Nebenwirkungen für sie akzeptabel sind und welche nicht“, schildert Prof. Wallwiener. Er rät deshalb, sich die Zweitmeinung im direkten Gespräch erläutern zu lassen: „So kann die Patientin bei Unklarheiten jederzeit nachfragen.“ *sd*



Mehr Infos: www.aok-bw.de

→ Leistungen & Services → Leistungen A-Z
→ Ärztliche Zweitmeinung



Foto: Privat

PD Dr. Sabine Knapstein, Ärztin bei der AOK Baden-Württemberg, Fachärztin Psychotherapie und Ernährungsmedizin

Willkommen bei Vivienne.

Sie hadern mit dem Behandlungsweg Ihres behandelnden Arztes? Dann kann es helfen, sich mithilfe ärztlicher Zweitmeinung noch eingehender beraten zu lassen und Zweifel auszuräumen. Zertifizierte Brustzentren etwa sind dafür eine gute Anlaufstelle.

Mütter, die an Krebs erkrankt sind, sollten dies ihren Kindern nicht verheimlichen. In dieser Ausgabe erfahren Sie, wie sich die richtigen Worte finden lassen. Wer sich zum Frühlingsstart pflegen und schön machen möchte, erfährt von einer Expertin, worauf man achten sollte. Eine anregende Lektüre!

Herzlichst, Ihre

Privatdozentin

Dr. Sabine Knapstein

Der direkte Draht zu Ihrer persönlichen Ansprechpartnerin beim Sozialen Dienst der AOK:

Tel. 0800 2652965



Ein Service Ihrer AOK Baden-Württemberg

ZERTIFIZIERTE BRUSTZENTREN

Viele Spezialisten unter einem Dach

In Deutschland gibt es 230 zertifizierte Brustzentren mit 278 Standorten. Sie begleiten Brustkrebspatientinnen in jeder Phase ihrer Erkrankung. In den Zentren, die über modernste Geräte verfügen, arbeiten viele Spezialisten unter einem Dach: Gynäkologen, Strahlentherapeuten, Chirurgen, Radiologen, Pathologen und Onkologen. In einer fachübergreifenden Tumorkonferenz beraten die Experten, mit welcher Therapie die Erkrankte die besten Heilungschancen hat. Dabei wird der Krankheitsverlauf aus unterschiedlichen Blickwinkeln betrachtet. So kann jeder Arzt sein Fachwissen einbringen. „Im Fokus steht eine schonende Behandlung, unnötige Behandlungen sollen vermieden werden“, sagt Prof. Markus Hahn, Leitender Oberarzt Senologie vom Brustzentrum des Universitätsklinikums Tübingen.

Die Brustzentren bieten auch psychoonkologische Unterstützung und humangenetische Beratung an.


Um zu gewährleisten, dass in den Brustzentren optimal und nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen behandelt wird, werden die Zentren von der Deutschen Krebsgesellschaft und der Gesellschaft für Senologie zertifiziert. Sie müssen nachweisen, dass sie die Qualitätsstandards, die für eine moderne Brustkrebstherapie gelten, erfüllen.

Viel Erfahrung in der Therapie von Mammakarzinomen ist notwendig, um ein Zertifikat zu erhalten. „Unter anderem ist es erforderlich, dass die Operateure eine hohe Anzahl von Fällen pro Jahr operieren



In Brustzentren beraten sich viele Spezialisten und behandeln vor Ort nach dem neuesten Stand der Wissenschaft.

und die Mindestanforderungen an die Strahlentherapie erfüllt werden“, erläutert Prof. Hahn. Eine Kommission überprüft dann sehr genau, ob die Vorgaben umgesetzt worden sind. So kann die Patientin die Gewissheit haben, wirklich optimal versorgt und behandelt zu werden. *df*


www.senologie.org
 → Brustzentren
 → Zertifizierte Brustzentren
 oder → **Zertifizierungsrichtlinien**

KURZ NOTIERT

Hilfe für ältere Krebspatienten

Ältere Krebskranke sind oft besonders stark auf Hilfe angewiesen. Vor allem, wenn sie pflegebedürftig werden und Kurzzeit- oder Langzeitpflege benötigen. Das Onko-Internetportal der Deutschen Krebsgesellschaft informiert daher in einem Beitrag über die Leistungen der Pflegeversicherung. Dabei geht es um Neuerungen im Pflegegesetz und wem welche Leistungen zustehen. Außerdem erfährt man dort, wer hilft und berät, wenn sozialrechtliche Leistungen oder ein Schwerbehindertenausweis beantragt werden sollen. *kw*

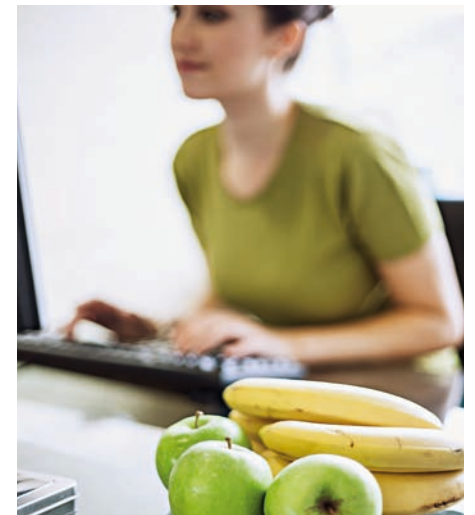

www.krebsgesellschaft.de
 → Zum Onko-Internetportal
 → Suche → Krebs bei älteren Menschen

BRUSTKREBS UND STRESS


Kein Nachweis

Löst Stress Brustkrebs aus? Ein britisches Forscherteam kommt zu dem Ergebnis, dass zwischen beidem kein Zusammenhang besteht. Zwischen den Jahren 2003 und 2012 beobachteten die Wissenschaftler rund 106.000 Frauen und befragten sie in dieser Zeit zu Stress und einschneidenden Lebensereignissen wie Tod eines nahestehenden Menschen, Scheidung oder Arbeitslosigkeit. Auch Risikofaktoren wie Übergewicht, Alkoholkonsum und familiäre Veranlagung für Brustkrebs sowie neu diagnostizierte Brustkrebserkrankungen wurden erhoben. Bis 2012 wurde bei 1.783 (1,7 Prozent) Frauen Brustkrebs festgestellt.

Auch andere Studien konnten laut Krebsinformationsdienst keinen Zusammenhang zwischen Brustkrebs und Stress herstellen. Dennoch sollte Stress vermieden werden, da er zu gesundheitsschädigendem Konsum von Tabak, Alkohol und ungesunder Ernährung führen kann. *kw*



Stress lässt sich nicht immer vermeiden, aber seine Nebenwirkungen, etwa ungesund zu essen.


www.pharmazeutische-zeitung.de
 → Suche
 → Stress erhöht Brustkrebsrisiko nicht

www.krebsinformationsdienst.de
 → Vorbeugung
 → Risiken erkennen und vermeiden
 → Stress

WENN MÜTTER KREBS HABEN

Warum Kinder das wissen müssen



Offene Gespräche mit den Kindern über die Erkrankung zu suchen, ist besser als zu schweigen.

Sie und Ihre engsten Vertrauten wissen es: Sie haben Brustkrebs. Vielleicht sind Sie sich unsicher, wann und wie Sie es Ihren Kindern sagen sollen. Und ob. „Unbedingt!“, sagt Dr. Bianca Senf, Leiterin der Psychoonkologie am Universitären Centrum für Tumorerkrankungen in Frankfurt am Main. Jedoch hängt es vom Entwicklungsstand des Kindes ab, welche Worte man gebraucht und wie ausführlich man wird. Verschweigen führt dazu, dass Vertrauen verloren geht, sagt die Expertin. „Das wirkt sich schlimmer aus als die Mitteilung der Diagnose“, ist ihre Erfahrung.

Wenn etwas nicht stimmt, spüren Kinder das. Sie malen sich die schlimmsten Dinge aus oder suchen die Schuld bei sich. Das kann sie sehr verunsichern. Besser sei es, mit offenen Karten zu spielen, gibt die Expertin zu bedenken. Man sollte altersgerecht und möglichst konkret erklären, was sich verändern wird. Etwa so: „Wenn ich beim Arzt bin, wird Papa dich vom Kindergarten abholen. Meine Haare werden ausfallen. Das ist nicht schön. Sie wachsen aber wieder nach.“ Sätze wie „Alles wird gut“ sollte man vermeiden, wenn man es nicht wirklich weiß. Sagen Sie besser „Die Ärzte tun alles, damit ich wieder gesund werde“, rät Bianca Senf.

Jedes Kind reagiert anders. Auch Kitakinder können mit dem Begriff „Krebs“ schon etwas anfangen. Sie sollten ihnen sagen, dass er nicht ansteckend ist und keiner Schuld daran hat. Es empfiehlt sich, auch Betreuungspersonen in Kita, Schule und Hort zu informieren. Für Jugendliche ist die Situation besonders schwierig. Sie wollen sich vom Elternhaus lösen und werden durch die Erkrankung wieder stärker gebunden. Bei Mädchen in der Pubertät kann eine Brustkrebserkrankung der Mutter auch Ängste auslösen, selbst krank zu werden. Diese lassen sich im Gespräch mit einem Arzt abbauen. Senf hat einen Ratgeber (s. u.) verfasst, der im Netz kostenfrei heruntergeladen werden kann. *aks*



Ratgeber „Wahrheit braucht Mut“:

www.uct-frankfurt.de

→ Kliniken & Institute → Psychoonkologie

→ Mit Kindern über Krebs sprechen – Ratgeber

www.krebsinformationsdienst.de

→ Leben mit Krebs → Krankheitsverarbeitung

→ Mit Kindern über Krebs sprechen

www.krebsgesellschaft.de

→ Basis-Informationen Krebs → Krebs und Psyche

→ Was Kindern krebskranker Eltern hilft

EXPERTENMEINUNG



Foto: Universitäts-Frauenklinik Tübingen

Prof. Diethelm Wallwiener, stellv. Vorsitzender der Deutschen Gesellschaft für Senologie und Ärztlicher Direktor der Universitätsfrauenklinik Tübingen

Die Zweitmeinung stärkt das Vertrauen

Ob eine Zweitmeinung sinnvoll ist oder nicht, hat in erster Linie mit dem Bauchgefühl der Patientin zu tun, nicht mit den Befunden. Zweifelt sie an der Behandlungsempfehlung ihres Arztes oder des Ärzteteams, ist die fundierte Zweitmeinung ein guter Weg. Ein guter Arzt spürt womöglich sogar die Zweifel der Patientin und empfiehlt der Betroffenen von sich aus, eine Zweitmeinung einzuholen.

Wenn Sie Zweifel hinsichtlich der Therapieempfehlung haben, ist es wichtig, dass Sie dies offen ansprechen. Fragen Sie bei Ihrem Arzt nach, wenn Sie etwas nicht verstanden haben. Wurde der Behandlungsplan in einem zertifizierten Brustkrebszentrum erstellt, können Sie sicher sein, dass an der Empfehlung des sogenannten Tumorboards alle an der Therapie beteiligten Spezialisten mitgewirkt haben. Bitten Sie darum, das Protokoll der Tumorboardsitzung einsehen zu können.

Bleiben dennoch Unsicherheiten, sagen Sie Ihrem Arzt offen, dass Sie eine Zweitmeinung einholen möchten. Ein guter Arzt wird Sie dabei unterstützen. Denn in der modernen Krebstherapie ist das Vertrauen der Patientin in die Behandlung und in ihren Arzt ein ganz entscheidender Faktor.

KÖRPERPFLEGE BEI BRUSTKREBS

Sonne, gesunde Haut und schöne Nägel

Der Winter ist vorbei. Manche Patientin, die eine Chemotherapie oder Bestrahlung macht oder abgeschlossen hat, möchte sich gerne pflegen und die Sonne genießen. Aber Vorsicht, denn die bestrahlte Haut ist sehr empfindlich und sollte nicht zusätzlich gereizt werden. Auch die Chemotherapie greift die Haut zuweilen an. „Daher sollte man direkte Sonneneinstrahlung, aber auch Pflegeprodukte mit Parfüm oder ätherischen Ölen direkt nach einer Therapie vermeiden“, sagt Dr. Martina Hetzel, Strahlentherapeutin im Städtischen Klinikum Karlsruhe.

Wer doch in die Sonne möchte, bespricht dies am besten vorher mit dem Radioonkologen. Dieser sagt dann, was in der jeweiligen Situation beachtet werden sollte. Bei strahlenbedingten Hautveränderungen oder Rötungen müssen die betroffenen Hautregionen bedeckt gehalten werden, betont die Expertin. Wissen sollte man, dass bestimmte Medikamente die Haut zeitweilig lichtempfindlicher machen können. Sonnenbrand darf auf keinen Fall entstehen, da dieser einen schwereren Verlauf nehmen kann.

Sind die Hautreaktionen nach einer Strahlentherapie abgeklungen, bieten Cremes mit hohem Lichtschutzfaktor von 50 oder

mehr einen guten Sonnenschutz. Auch hier sollte man darauf achten, dass diese Produkte kein oder nur wenig Parfüm oder allergieauslösende Inhaltsstoffe enthalten. Die Wahl eines dermatologisch getesteten Produkts kann ebenfalls von Vorteil sein. Für ein günstiges Hautklima empfiehlt Martina Hetzel luftige, nicht beengende Kleidung aus Baumwolle, Seide oder Leinen. Dann kann die Luft besser zirkulieren. Kunstfasern sind zu vermeiden.

Auch auf Schmuck reagiert bestrahlte Haut zuweilen sensibel. Direkt über dem aktuell bestrahlten Hautareal eine Kette zu tragen, ist daher nicht angeraten. „Neben dem mechanischen Reiz kann die Haut allergisch reagieren. Insbesondere Modeschmuck kann Metallverbindungen enthalten, die allergisierend wirken können. Ist die Haut später abgeheilt, kann man wie zuvor Schmuck tragen“, erläutert sie.

Wenn sich Nägel durch die Chemotherapie bräunlich verfärben, ablösen, weich und brüchig werden oder sich Nagelrillen bilden, kann es sinnvoll sein, seine Nägel professio-



Sind Nägel geschädigt, kann professionelle Nagelpflege helfen.

nell pflegen zu lassen. Um beispielsweise das schmerzhafte Einreißen eines geschädigten Nagels zu verhindern, kann dieser fachgerecht gekürzt werden. Überstehende Kanten werden geglättet. Sind die Nägel wieder nachgewachsen, kann man sie wieder selber maniküren.

Frühjahr und Sommer zu genießen, ist auf jeden Fall richtig und wichtig, sagt Dr. Hetzel. „Denn alles, was Freude macht, tut Körper und Geist gut.“ Aber mit Bedacht und am besten im Schatten. *dw*



Broschüre „Pflege von Haaren und Nägeln bei Brustkrebs“:
www.dha-haareundnaegel.de

www.krebsinformationsdienst.de
→ Leben mit Krebs → Belastende Folgen und Symptome → Haut-, Haar- und Zahnprobleme → Hautprobleme

ANGEBOTE IHRER AOK

AOK-Hotlines (kostenfrei)

• AOK-Service-Telefon: 0800 2652965 • AOK-MedTelefon: 0800 1050501

Der Newsletter

• Abonnieren ist möglich unter: www.aok-bw.de/vivienne
• Anregungen, Wünsche, Kritik: vivienne@kompарт.de

Weitere Links

• Deutsche Gesellschaft für Senologie www.senologie.org
• Deutsches Krebsstudienregister www.studien.de
• Krebsverband Baden-Württemberg
www.krebsverband-baden-wuerttemberg.de
• Tumorzentrum Freiburg www.krebs-webweiser.de



Gesprächskreis Tübingen Jeden zweiten Dienstag im Monat

ab 17.30 Uhr bietet das Universitäts-Brustzentrum der Universitäts-frauenklinik Tübingen Betroffenen an, sich miteinander auszutauschen. Calwerstr. 7, 72076 Tübingen. Das Angebot ist kostenlos. Anmeldung bei Anne Müller unter der Rufnummer 0176 42507388.

Hautpflegeseminar Das Nationale Centrum für Tumorerkrankungen

lädt am 22. Mai 2017 von 14–16.30 Uhr Krebserkrankte ein. Sie erhalten von einer Expertin Informationen zur Haut-, Haar- und Nagelpflege. Konferenzraum 1, Im Neuenheimer Feld 460, Heidelberg. Anmeldung erforderlich: 06221 5634996 oder jutta.brox@med.uni-heidelberg.de