

## CHECKLISTE FÜR DIE TAGE ZWISCHEN DIAGNOSE UND OPERATION

Die Entscheidungen, die Frauen unter dem Schock der Diagnose Brustkrebs innerhalb kurzer Zeit treffen müssen, gehören zu den wichtigsten Entscheidungen ihres Lebens. Es sollten zugleich die besten Entscheidungen für ihr Überleben sein. Nachfolgend einige Tipps aus der persönlichen Sicht und Erfahrung der mamazone-Gründerin Ursula Goldmann-Posch.

- **Nehmen Sie sich Zeit, denn Sie haben Zeit.**

Auch die gefährlichen, schnellwachsenden Brusttumore benötigen 200 Tage, ehe sie die doppelte Größe erreicht haben. Langsam wachsende Brustkrebsarten brauchen häufig zehn Jahre oder mehr, bis sie auf eine Größe von ein bis zwei Zentimetern angewachsen sind. Bevor Sie mit Ihren Recherchen nach der besten Behandlung beginnen, suchen Sie für einige Tage einen ruhigen Ort auf, tanken Sie Kraft und stärken Sie Ihr Selbstbewusstsein für die Zukunft.

- **Machen Sie sich schlau, denn Wissen holt aus der Ohnmacht heraus.**

Recherchieren Sie im Internet oder lassen Sie Jüngere für Sie den PC durchforsten. Rufen Sie im mamazone-Büro (Tel. 0821 / 52 13 144) an, wo Frauen, die selbst einmal Brustkrebs hatten, Ihnen ihre Erfahrung und Kompetenz als Patientin zur Verfügung stellen können. Kommen Sie zu unserem jährlichen Kongress für Patientinnen „Projekt Diplompatientin®“ im Klinikum Augsburg. Informieren Sie sich durch Patientenratgeber wie etwa durch das mamazone-Schulungsbuch „Über-Lebensbuch Brustkrebs“. Überlassen Sie das Wissen nicht den Anderen, sondern knien Sie sich selbst hinein in die Erkrankung, die Sie so überlebenswichtig betrifft.

- **Fordern Sie bei Ihrem Radiologen die Mammographien der vergangenen Jahre an.**

Für die Beurteilung Ihrer Brustkrebserkrankung ist der Vergleich der Mammographien aus den letzten Jahren wichtig. Nur so kann der Operateur sich ein zuverlässiges Bild vom Wachstum Ihres Knotens machen. Sie haben ein Recht als Patientin auf die Herausgabe Ihrer Unterlagen.

- **Gehen Sie zur Behandlung in ein zertifiziertes Brustzentrum.**

Die beste Behandlung bekommen Sie in einer Klinik, die das Markenzeichen der EUSOMA (European Society of Mastology) Internet. [www.eusoma.org](http://www.eusoma.org) oder der Deutschen Gesellschaft für Senologie e.V. Internet [www.senologie.org](http://www.senologie.org) trägt.

Die besten Behandlungen werden meist an den besten Kliniken in Studien erprobt und in den klinischen Alltag umgesetzt.

Fragen Sie nach, welche Therapiestudien für Ihre spezielle Situation gegenwärtig in den jeweiligen Abteilungen laufen. Entscheidend ist auch, ob in dem von Ihnen gewählten Krankenhaus die lückenlose Zusammenarbeit aller Beteiligten funktioniert.

- **Erklären Sie ausdrücklich, dass Sie eine für Ihren Tumor maßgeschneiderte Behandlung wünschen.**

Die Entwicklung von Methoden, die den persönlichen „Fingerabdruck“ eines Tumors besser erfassen können, steckt – trotz bereits verfügbarer *Genexpressionsprofile* – immer noch in den Anfängen. Für Ihr Überleben ist aber die genaue Einschätzung Ihres Rückfallrisikos und

eine gezielte Nachbehandlung jedoch von großer Bedeutung. Führen Sie ein ausführliches Vorgespräch mit Ihrem Arzt und bitten Sie um ein „Risikoprofil“ Ihres Tumorgewebes. Das gilt nicht zuletzt auch dann, wenn Ihr Brustkrebs keine befallenen Lymphknoten aufweist: *uPA* und *PAI-1*, zwei Eiweißstoffe, die auf eine besonders hohe „Streufrüchtigkeit“ von Brustkrebszellen hindeuten, können nur im frisch entnommenen Tumorgewebe bestimmt werden. Das erfordert eine gewisse Planung bereits vor der Operation. Deshalb ist die Liste der 16 Kliniken und Labore, die diesen Test durchführen, für Sie besonders wichtig. Wir haben Sie auf unserer Webseite für Sie zum Download bereitgestellt: [Institute uPA, PAI-1-Test.pdf](#)

- **Veranlassen Sie, dass ein Teil Ihres Brustknotengewebes wiederverwendbar aufbewahrt wird.**

Ihr Tumorgewebe ist kein Abfallprodukt. Es gibt dem Pathologen nicht nur wichtige Hinweise über Ihre Rückfallgefährdung, sondern auch über die nötige Therapie, zum Beispiel mit gezielten *Antikörpern* oder *Tyrosinkinasehemmern*. Richtig aufbewahrt, können Ihre Krebszellen im frischen und steril eingefrorenen Zustand über lange Zeit so gelagert werden, dass sie eines Tages erneut auf Merkmale für neue Medikamente getestet werden können. Informationen erhalten Sie unter: [www.stiftungpath.org](http://www.stiftungpath.org)

- **Achten Sie darauf, dass vor der Operation Ihre Tumormarker im Blut bestimmt werden.**

Tumormarker sind die „Duftmarken“ Ihrer Brustkrebszellen im Blut. Wer damit umzugehen und sie richtig zu interpretieren weiß, kann daraus wichtige Schlüsse über Ihren Krankheitsverlauf ziehen. Dies setzt voraus, dass eine Bestimmung der beiden wichtigsten Tumormarker (CEA und CA 15-3) bereits vor Ihrer Brustkrebs-OP gemacht wurde. Nur dann haben Sie später einen Anhaltspunkt, wie Ihre Tumormarker auf eine Chemotherapie reagieren und ob diese im Lauf der Zeit einen Rückfall anzeigen.

Melden Sie sich noch heute online online <http://www.klinikum.uni-muenchen.de/Institut-fuer-Klinische-Chemie/Onkologische-Labordiagnostik/de/studien/mamma-studie/mamma-aufnahme.html> zur Patienten Orientierten Nachsorge-Studie (PONS) an und informieren Sie sich unter [www.pons-stiftung.org](http://www.pons-stiftung.org)

- **Legen Sie Ihre persönliche Krankenmappe an.**

Vor dem Einchecken in die Klinik sollten Sie aufschreiben, welche Krankheiten Sie bisher hatten und welche Medikamente Sie einnehmen. Überlegen Sie jetzt schon, an welchen Arzt die Klinik nach Ihrer Entlassung den Arztbrief schicken soll. Nehmen Sie wichtige Befunde von früheren Erkrankungen mit in die Klinik. Äußern Sie bereits beim ersten Gespräch mit dem Krankenhausarzt Ihren Wunsch nach Anfertigung von Kopien aller Unterlagen über Ihre Krebserkrankung (histologischer Befund, Operationsbericht, Röntgenbilder, Laborwerte). So können Sie sich und Ihre weiterbehandelnden Ärzte besser informieren.

- **Vergessen Sie auch Ihre Seele nicht.**

Knüpfen Sie schon vor der Operation ein Netz, das Sie nach der Operation trägt. Dazu gehört nicht nur die Begleitung durch Familie und gute Freunde. Auch ein Arzt für Naturheilkunde oder ein Heilpraktiker, kann Sie zusätzlich zur klassischen Nachbehandlung ganzheitlich versorgen. Psychoonkologen sind speziell für die seelische Nachsorge ausgebildet.

- **Und denken Sie daran:**



Wie Ihnen geht es am heutigen Tag 2739 Frauen in aller Welt. Sie sind nicht allein und Sie haben nicht den geringsten Grund, sich zu verstecken.