

Diagnose Brustkrebs - eine schwere Zeit

Sehr geehrte Betroffene, liebe Patientin,

durch die Diagnose Brustkrebs beginnt unvermittelt eine schwere Zeit.

Brustkrebs macht Angst - Durch diese Diagnose wird das Leben bedroht und dieses löst große Ängste aus, die alle Betroffenen haben. Der Umgang und die Bewältigung der Ängste kann langsam gelernt werden und sind wichtige Schritte auf dem Weg zum Gesundwerden.

Gesundheit durch aktives Handeln - Unser Anliegen ist es, Sie nicht nur zusammen mit den niedergelassenen Kolleginnen und Kollegen medizinisch optimal zu versorgen, sondern so umfassend zu betreuen, dass Sie diese Erkrankung überwinden und für sich individuell einen Weg finden aus der Bedrohung und dem Ausgeliefertsein in eine aktive Gestaltung Ihrer Gesundheit und ihres Lebens.

Krankheit als Chance - Sie werden lernen, wie durch aktives Handeln die Ängste langsam verringert und schrittweise überwunden werden können. Weiterhin bieten wir Ihnen viele Informationen an, so dass aus der Diagnose „Brustkrebs“ ein fassbares Gegenüber werden kann. Durch das Verständnis der Krankheit und das Wissen um Ihre individuelle Situation können Sie die Erkrankung als überwindbar erleben und Ihre Zukunft aktiv gestalten.

Ausrichtung des Lebens - Durch diese Erkrankung halten Sie eine zeitlang inne und überdenken das Vergangene Ihres Lebens und die Zukunft. Wir wollen Sie unterstützen, sich neue Lebensziele zu setzen. Sie können lernen, die Freuden, die das Leben für Sie bereit hält, auch wirklich zu sehen und zu erleben.

Aktiv für die Zukunft - Sie werden lernen, was Sie für Ihre Gesundheit selber tun können. Gesundheit ist ein aktives Lebensziel. Wir stellen Ihnen Sportangebote vor, die für Ihre individuelle Situation angemessen sind. Sport kann und wird in jedem Alter und bei jeder Fitness empfohlen. Bewegung und Sport ist ein wichtiger Baustein Ihrer Gesundheit – zeitlebens. Weiterhin werden Sie einiges über gesunde Ernährung und gesunde Lebensführung lernen und in den Alltag einbauen. Durch dieses gesündere Leben verringern Sie das Risiko eines Rückfalls und beugen darüber hinaus vielen anderen Erkrankungen vor. Auch den Herz- und Blutgefäßerkrankungen wird dadurch effektiv vorgebeugt und die guten Lebensgeister und der gute Mut wieder geweckt.

Dieser Ordner soll Sie begleiten, Ihnen die jeweiligen notwendigen Informationen geben, Sie unterstützen und Ansprechpartner für Sie auflisten, die für Sie da sein werden, wenn Sie Unterstützung benötigen - auch wenn Sie wieder zu Hause sind.

Das ganze Team unseres Brustzentrums Hameln und die mitbehandelnden Ärzte und Therapeuten wünschen Ihnen eine gute Genesung, und (wieder) ein glückliches und erfülltes Leben.

Ihr



Dr. med. Thomas Noesselt

Leiter des Brustzentrums, Chefarzt der Frauenklinik am Sana Klinikum Hameln-Pyrmont

Wichtiger Hinweis

In diesem Ordner stellen wir Ihnen umfangreiche Informationen zur Verfügung. Nicht alle werden Sie jetzt gleich benötigen, vielleicht mögen Sie sich zurzeit auch gar nicht informieren.

Bitte benutzen Sie den Ordner bitte nach Ihren Bedürfnissen.

Brustkrebs und Brustkrebsvorstufen (DCIS) sind sehr individuell zu behandelnde Krankheiten. Wir haben bewusst in diesem Ordner alle Behandlungswege aufgeführt, die dem derzeitigen Stand der Wissenschaft entsprechen. Diese sind von Frau zu Frau sehr unterschiedlich. Welche davon für Sie persönlich aus medizinischer Sicht sinnvoll sind, wird im Rahmen eines Arztgespräches ausführlich mit Ihnen besprochen.

Der Ordner kann ein persönliches Gespräch nicht ersetzen.

Wenden Sie sich bei Fragen bitte weiterhin an das Team des Brustzentrums am Sana Klinikum Hameln-Pyrmont.

Inhaltsverzeichnis

Hilfreiche Angebote

1. Wichtige Telefonnummern	S.2
2. Sozialdienst	S.3
3. Seelsorge	S.4
4. „ANI CA“ - Mut fassen mit Brustkrebs	S.5
5. Psychologisches und Psychotherapeutisches Angebot	S.6
6. Sana Patientenakademie	S.7
7. Kosmetikseminar	S.7
8. Lebensfreude stärken	S.7
9. Entspannung finden	S.7
10. Selbsthilfegruppen	S.8
11. Notizen	S.12

Behandlung

1. Entstehung und Häufigkeit von Brustkrebs	S.2
2. DCIS - eine örtlich begrenzte Brustkrebsvorstufe	S.3
3. Operationsverfahren bei Brustkrebs	S.4
4. Die Wächterlymphknoten-Biopsie	S.6
5. Plastische und Ästhetische Chirurgie	S.7
6. EIN WICHTIGER HINWEIS	S.9
7. Chemotherapie	S.10
8. Zusätzliche Behandlungswege	S.12
9. Anti-Hormontherapie	S.12
10. Strahlentherapie	S.14
11. Klinische Studien	S.15
12. Notizen	S.16

Tipps

Was tun bei Nebenwirkungen

- | | |
|---|------|
| 1. Chemo, abwarten und Tee trinken? | S.2 |
| 2. Vorwort „Gänseblümchen“ der Selbsthilfegruppe Hilfe bei Krebs e.V. | S.4 |
| 3. Häufige Nebenwirkungen – Was hilft? | S.5 |
| 3. Notizen | S.19 |

Hier können Sie zusätzlich weiter ergänzen, was Ihnen interessant und wichtig ist

Die Zeit danach

- | | |
|---|------|
| 1. Leben mit und nach Brustkrebs | S.2 |
| 2. Nachsorge | S.4 |
| 3. Nachsorgeleitplan | S.6 |
| 4. Pflegehinweise nach der Brustoperation | S.7 |
| 5. Krebszellen mögen kein Gemüse | S.8 |
| 6. Informationen zum Lymphsystem | S.10 |
| 7. Notizen | S.12 |

Bewegung und Sport

- | | |
|---|-----|
| 1. Bewegung und Sport | S.2 |
| 2. In Bewegung kommen | S.3 |
| 3. Rehabilitations-Sport bei Brustkrebserkrankung | S.4 |
| 4. Anbieter von Rehasport | S.5 |
| 5. Warum Nordic Walking bei Brustkrebs? | S.6 |
| 6. Nordic-Walking | S.7 |
| 7. Notizen | S.8 |

Soziale Hilfen

- | | |
|----------------------------------|-----|
| 1. Informationen zum Sozialrecht | S.2 |
| 2. Notizen | S.4 |

Hier findet Ihr Schriftverkehr mit Krankenkassen und Rentenversicherungen Platz

Informationshilfen

- | | |
|---|------|
| 1. Kooperierende und einweisende Frauenärzte | S.2 |
| 2. Physiotherapeuten (Lymphdrainage) | S.4 |
| 3. Psychotherapie / Psychoonkologie | S.4 |
| 4. Ernährungsberatung | S.4 |
| 5. Alternativ- und Komplementärmedizin | S.5 |
| 6. Unterstützung für Kinder krebskranker Eltern | S.5 |
| 7. Erblicher Brust- und Eierstockkrebs | S.6 |
| 8. Internetadressen zum Thema Brustkrebs | S.7 |
| 9. Empfehlenswerte Bücher zum Thema Krebs | S.7 |
| 10. Glossar | S.13 |
| 11. Impressum | S.19 |
| 12. Notizen | S.20 |

Arztbriefe und Befunde