

"Wissenswertes über Brustkrebs"

Seit April 2009 erhalten Brustkrebspatientinnen des zertifizierten Brustzentrums am Sana Klinikum Hameln-Pyrmont (www.sana-hm.de) einen kostenfreien Informationsordner. Dieser

- begleitet während der Behandlungs- und Nachsorgephasen.
- ist jederzeit nutzbar - immer dann, wenn Fragen auftauchen oder Unterstützung gewünscht wird.
- hat Raum für Arztbriefe, Schriftwechsel mit Sozialversicherungsträgern und weitere persönliche Ergänzungen.

Interessierte können den Ordner gegen eine Schutzgebühr von 10 € erhalten. Bitte wenden Sie sich an:

Andrea Hahne
Telefon: 05151 / 971290
Mail: brustzentrum@sana-hm.de

Der Informationsordner „Wissenswertes über Brustkrebs“ wurde durch Fördergelder von KOMEN Deutschland (www.komen.de) für das Projekt "ANI-CA" (www.ani-ca.de) anschubfinanziert.

Diagnose Brustkrebs - eine schwere Zeit

Sehr geehrte, liebe Patientin,

durch die Diagnose Brustkrebs beginnt unvermittelt eine schwere Zeit.

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

Gesundheit durch umfassende Therapie - 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, um aus der Bedrohung und dem Ausgeliefertsein in eine aktive Gestaltung Ihrer Gesundheit und ihres Lebens zu kommen.

Krankheit als Chance - Sie werden lernen, wie durch aktives Handeln die Ängste langsam verringert und schrittweise überwunden werden können.

Wissen ist wichtig - Wir bieten 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. Der Ordner soll Ihnen dabei helfen.

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 - Es ist möglich etwas zu tun. Gesundheit ist ein aktives Lebensziel. Wir stellen Ihnen Sportangebote vor, die für Ihre individuelle Situation angemessen sind. Bewegung und Sport werden in jedem Alter empfohlen und sind wichtige Bausteine Ihrer Gesundheit – zeitlebens. Weiterhin werden Sie einiges über gesunde Ernährung und gesunde Lebensführung erfahren. Durch eine gesündere und körperlich aktive Lebensweise sind positive Auswirkungen für Ihren Alltag zu erwarten, die auch das Risiko eines Rückfalls mindern und ebenso anderen Erkrankungen, zum Beispiel Herz-Kreislauf-Erkrankungen, vorbeugen können. Auch die guten Lebensgeister und der gute Mut werden nebenbei wieder geweckt.

Ihr persönlicher Ordner von uns für Sie - 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. Sie können alle Befunde und Unterlagen in diesem Ordner zusammenhalten und ggf. zu Untersuchungen mitnehmen.

Das ganze Team unseres Brustzentrums in 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

Ein 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 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 Mensch zu Mensch 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.	Krankenhausseelsorge / Psychoonkologie	S.4
4.	"ANI-CA" - psychosoziale Krebsberatung	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.	Hilfe für Kinder kranker Eltern / Großeltern	S.8
11.	Selbsthilfegruppen	S.8
12.	Notizen	S.9

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.8
6.	EIN WICHTIGER HINWEIS!!!	S.11
7.	Chemotherapie	S.12
8.	Zusätzliche Behandlungswege	S.14
9.	Anti-Hormontherapie	S.15
10.	Strahlentherapie	S.17
11.	Klinische Studien	S.18
12.	Notizen	S.19

Tipps

- | | | |
|----|--|------|
| 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 |
| 4. | Notizen | S.20 |

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 |

Informationshilfen

- | | | |
|-----|--|------|
| 1. | Kooperierende Frauenärzte | S.2 |
| 2. | Physiotherapeuten (Lymphdrainage) | S.3 |
| 3. | Psychotherapie / Psychoonkologie | S.3 |
| 4. | Ernährungsberatung | S.3 |
| 5. | Alternativ- und Komplementärmedizin | S.4 |
| 6. | Unterstützung für Kinder krebskranker Eltern | S.4 |
| 7. | Erblicher Brust- und Eierstockkrebs | S.5 |
| 8. | Internetadressen zum Thema Brustkrebs | S.6 |
| 9. | Kostenfreie Telefonberatung | S.6 |
| 10. | Empfehlenswerte Bücher zum Thema Krebs | S.7 |
| 11. | Glossar | S.14 |
| 12. | Impressum und Haftungsausschluss | S.20 |
| 13. | Notizen | S.21 |

Arztbriefe und Befunde