

Krebsvorsorge für Frauen: Brustkrebs

Vorsorge und Früherkennung

Wien, 2021

Impressum

Das vorliegende Dokument ist eine barrierefreie Alternative des Inhalts des Sonderdrucks der Publikation „Brustkrebs“ im Auftrag des Bundeskanzleramtes, Sektion Frauen und Gleichstellung.

Herausgeber der Publikation „Brustkrebs“ und für den Inhalt verantwortlich:

Österreichische Krebshilfe, Tuchlauben 19, A-1010 Wien, Tel.: +43 (0)1 796 64 50 Fax: +43 (0)1 796 64 50-9, E-Mail: service@krebshilfe.net, www.krebshilfe.net.

Redaktion: Doris Kiefhaber, Gestaltung: Gorillas – Kommunikation und Design.

Fotos: Falls nicht anders gekennzeichnet, Österreichische Krebshilfe.

Haftungsausschluss: Die Inhalte dieser Broschüre wurden mit größter Sorgfalt und unter Berücksichtigung der jeweils aktuellen medizinischen Entwicklungen von Expertinnen und Experten bzw. von der Redaktion erstellt. Die Österreichische Krebshilfe-Krebsgesellschaft kann dennoch keinerlei Gewähr für die Richtigkeit, Vollständigkeit, Korrektheit, letzte Aktualität und Qualität sämtlicher Inhalte, sowie jeglicher von ihr erteilten Auskünfte und jeglichen von ihr erteilten Rates übernehmen. Eine Haftung für Schäden, die durch Rat, Information und Auskunft der Österreichischen Krebshilfe-Krebsgesellschaft verursacht wurden, ist ausgeschlossen.

Wien, September 2021.

Einleitende Worte



MMag. Dr. Susanne Raab
Bundesministerin für Frauen,
Familie, Jugend und Integration

Im Kampf gegen Krebs sind umfassende Aufklärung, Vorsorge und Früherkennung entscheidend für den Erfolg einer Behandlung. Ich kann allen Frauen und Mädchen in Österreich versichern, dass es zahlreiche Stellen gibt, die alle Fragen rund um eine Krebserkrankung vertrauensvoll beantworten. Auch die Frauenservicestellen beraten mit ihrem ganzheitlichen Beratungsangebot unter anderem zu allen Fragen der Gesundheit und informieren über gesundheitsspezifische Hilfseinrichtungen in ganz Österreich. Viele Antworten rund um das Thema Vorsorge und Früherkennung von Brustkrebs sowie Hilfseinrichtungen in ganz Österreich finden sich außerdem in der vorliegenden Broschüre. Nehmen Sie jederzeit die Hilfe der kompetenten Beraterinnen in Anspruch!



Univ.-Prof. Dr. Paul Sevelda
Präsident der Österreichischen
Krebshilfe

Seit 20 Jahren setzt die Österreichische Krebshilfe im Brustkrebsmonat Oktober den Schwerpunkt der Informationsarbeit auf die Wichtigkeit der Früherkennung von Brustkrebs. Denn je früher Brustkrebs erkannt wird, umso höher sind die Heilungschancen. Das Österreichische Brustkrebs-Früherkennungsprogramm bietet Frauen ab 40 alle 2 Jahre eine kostenlose und qualitätsgesicherte Früherkennungsmammografie an. Doppelbefundung nach dem 4-Augen-Prinzip, neueste technische Geräte und verbindliche Zertifizierungen für Radiologinnen und Radiologen sichern die hohe Qualität des Programms. Als Arzt und Präsident der Österreichischen Krebshilfe appelliere ich deshalb an Sie, am Österreichischen Brustkrebs-Früherkennungsprogramm – auch in Zeiten einer Pandemie – teilzunehmen. Aus Liebe zum Leben.

Inhalt

Einleitende Worte	3
Brustkrebs-Früherkennung.....	5
Früherkennung von Brustkrebs.....	5
Die Mammografie.....	6
Brustkrebs-Früherkennungsprogramm	8
„Vorsorge“-Mammografie.....	8
Für Frauen von 45 bis 69	11
Für Frauen von 40 bis 44 und ab 70	12
Mammografie-Befund	13
Breast Imaging Reporting and Data System.....	17
Mammografie-Qualitätsstandards	18
Schematischer Ablauf Mammografie.....	19
Fragen & Antworten.....	22
Brustbewusstsein.....	25
Abtasten der Brust	25
Brustkrebs-Früherkennungsempfehlungen	28
Krebshilfe-Empfehlungen.....	28
Adressen.....	29

Brustkrebs-Früherkennung

Früherkennung von Brustkrebs

Untersuchungen zur Brustkrebs-Früherkennung haben das Ziel, **Brustkrebs in einem frühen Stadium zu entdecken, um so rechtzeitig Therapiemaßnahmen setzen zu können.** Diese Maßnahmen werden im allgemeinen Sprachgebrauch „Vorsorge“-Untersuchungen genannt. Es handelt sich aus medizinischer Sicht aber um Früherkennungs-Untersuchungen.

Die Behandlung eines Frühstadiums von Brustkrebs steigert die Heilungschancen erheblich und ist auch für Patientinnen weniger belastend als eine Behandlung eines spät entdeckten Tumors in einem dann womöglich fortgeschrittenen Stadium.

Gerade bei der Brustkrebserkrankung gibt es seit vielen Jahren die Möglichkeit, durch die Teilnahme am Brustkrebs-Früherkennungsprogramm (BKFP) eine wichtige und effektive Früherkennung zu erreichen. **Und Früherkennung kann Leben retten.**

In Österreich werden die Kosten für die „Brustkrebsvorsorge“ von den Sozialversicherungsträgern übernommen. Trotzdem gibt es Frauen, die nicht regelmäßig Brustkrebs-Vorsorgeuntersuchungen wahrnehmen. Als Grund dafür geben sie an, dass sie sich wegen Doppel- und Dreifachbelastung (Beruf, Kinder, Haushalt) vorrangig um die Gesundheit der Familie kümmern und ihre eigene hintanstellen.

Nehmen Sie Ihre Termine auch in Zeiten einer Pandemie unbedingt wahr!

Die COVID-19 Pandemie zeigte Auswirkungen auf die Teilnehmerinnenzahlen im Brustkrebs-Früherkennungsprogramm. Im Vergleich zum Jahr 2019 ist bei den Brustkrebs-Früherkennungsuntersuchungen 2020 ein Rückgang von rd. 41.000 Teilnehmerinnen zu verzeichnen, was einem Anteil von 12,75% entspricht.

Bitte verschieben Sie die Mammografie (und auch andere Krebs-Früherkennungsuntersuchungen) nicht, sondern nehmen Sie diese bitte in den empfohlenen Intervallen wahr!



In der Broschüre „Krebsvorsorge für Frauen“ finden Sie alle Informationen zu den empfohlenen Früherkennungs-Untersuchungen für Frauen, Risikofaktoren uvm. Erhältlich bei der Krebshilfe in Ihrem Bundesland oder als Download unter: www.krebshilfe.net.

Lesen Sie auf den nächsten Seiten alle Informationen zu „Brustkrebs-Früherkennung“.

Die Mammografie

Wozu eine Mammografie?

Fakt ist: Die derzeit geeignetste Methode zur Früherkennung von Brustkrebs ist die Mammografie. Vielleicht gehören Sie zu den Frauen, die seit Jahren ohnedies regelmäßig eine Mammografie machen lassen. Oder Sie gehören zu jenen Frauen, die langsam in das Alter kommen (ab dem 40. Geburtstag), in dem mit der Mammografie begonnen werden sollte.

Mammografie ab 40 alle zwei Jahre

Was ist eine Mammografie?

Die Mammografie ist eine Röntgenuntersuchung der Brust, bei der auch kleine Tumore – die noch nicht tastbar sind – festgestellt und damit die Heilungs- und Überlebenschancen verbessert werden können. In vielen Fällen ist die Behandlung einer früh erkannten Erkrankung auch schonender, d. h. falls eine Operation notwendig sein sollte, kann die Brust öfter erhalten bleiben.

Strahlenbelastung:

Generell ist die Strahlenbelastung bei einer Mammografie als sehr niedrig einzustufen. Die angewendete Röntgenstrahlung ist eine weiche Strahlung. Die modernen Geräte – die beim „Österreichischen Brustkrebs-Früherkennungsprogramm“ zum Einsatz kommen – halten die Strahlenbelastung der Mammografie so gering, dass sie mit der eines Transatlantikfluges verglichen werden kann.

Wie funktioniert die Mammografie?

Es werden zwei bis drei Aufnahmen von jeder Brust angefertigt.

Die Brust muss dabei vorsichtig zusammengedrückt werden.

Manche Frauen empfinden dabei Schmerzen, die durch den Druck entstehen können. Dieser Druck ist aber für den Erhalt gut beurteilbarer Röntgenbilder sehr wichtig. Dem Nachteil dieser kurzfristigen Missempfindung steht die Chance, Brustkrebs rechtzeitig zu erkennen, gegenüber. Die Befürchtung, dass so ein Tumor ausgelöst werden kann, ist völlig unzutreffend.

Wann sollte die Mammografie durchgeführt werden?

Die Mammografie kann jederzeit durchgeführt werden. Die Erkennbarkeit ist während des gesamten Monatszyklus gleich, unabhängig davon, ob vor, während oder nach der Menstruation untersucht wird. Allerdings ist die Schmerzempfindlichkeit bei der Mammografie vor der Regelblutung ausgeprägter als danach. Bei Frauen im Wechsel sollte die Mammografie nicht länger als 12 Monate zurückliegen, bevor mit einer HET (Hormonersatztherapie) begonnen wird.

Lesen Sie auf den nächsten Seiten alles Wissenswerte zum Österreichischen Brustkrebs-Früherkennungsprogramm!

Brustkrebs-Früherkennungsprogramm

„Vorsorge“-Mammografie

Untersuchungen zur Krebsfrüherkennung haben das Ziel, Krebs in einem frühen Stadium zu entdecken, um so rechtzeitig Therapiemaßnahmen setzen zu können. Diese Maßnahmen werden **im allgemeinen Sprachgebrauch „Vorsorge“-Untersuchungen** genannt, es handelt sich aber aus medizinischer Sicht um Früherkennungsuntersuchungen. In dieser Broschüre verwenden wir fallweise die allgemein gebräuchliche Begrifflichkeit „Vorsorge“.

Mit 1.1.2014 wurde auch in Österreich – wie zuvor in den meisten anderen europäischen Ländern – ein Brustkrebs-Früherkennungsprogramm eingeführt. Ärztinnen und Ärzte, Interessensvertretungen von Frauen und die Österreichische Krebshilfe hatten sich viele Jahre dafür eingesetzt.

Das Österreichische Brustkrebs-Früherkennungsprogramm

ist eine gemeinsame Initiative von Bund, Sozialversicherung, Ländern und Österreichischer Ärztekammer.

Keine Überweisung – keine Kosten

Die Teilnahme am Brustkrebs-Früherkennungsprogramm ist freiwillig und **für alle in Österreich sozialversicherten Frauen ab dem Geburtstag kostenfrei***.

*Eventuelle Kosten:

Frauen, die bei

- einigen Krankenfürsorgeanstalten
- Privatversicherungen
- ausländischen Versicherungen

versichert sind, werden gebeten, im Vorfeld bei ihrer Versicherung die Möglichkeit der Teilnahme bzw. etwaige Kosten zu erfragen.

Es ist keine ärztliche Überweisung notwendig. **Bitte bringen Sie aber Ihre e-card unbedingt zur Untersuchung mit!** Sollten Sie von Ihrem Arzt eine Überweisung zur Brustkrebs-Früherkennung bekommen haben, bringen Sie auch diese mit. Ihr Arzt / Ihre Ärztin erhält dann auch automatisch den Befund.

Frauen, die in Österreich nicht sozialversichert sind:

Frauen ab dem 40. Geburtstag, die in Österreich wohnhaft, aber nicht sozialversichert sind, können trotzdem an dem Programm teilnehmen. Wenden sich an die Landesstelle der Österreichischen Gesundheitskasse in ihrem Wohnsitz-Bundesland. Sie erhalten eine Sozialversicherungsnummer und eine Berechtigung. Danach können Sie sich bei der Telefon-Serviceline 0800 500 181 zum Programm anmelden.

Für wen ist das Programm?

Das Brustkrebs-Früherkennungsprogramm ist für Frauen, die keine Beschwerden oder erkennbare Anzeichen einer Brustkrebs-Erkrankung und kein familiäres Risiko haben.

Vorsorge-Mammografie – alle 2 Jahre

Für die „Vorsorge-Mammografie“ brauchen Sie keine Überweisung. Sie können alle 2 Jahre zu einem/einer am Programm teilnehmenden Radiologen bzw. Radiologin gehen und die Mammografie durchführen lassen. Eine Liste aller Stellen finden Sie unter www.frueh-erkennen.at.

Vorsorge-Mammografie ab 40 alle zwei Jahre – OHNE Überweisung

Diagnostische-Mammografie – bei Bedarf

Wenn eine Mammografie aus medizinischen Gründen notwendig ist, nennt man das diagnostische Mammografie. Für eine diagnostische Mammografie bekommen Sie in jedem Alter und so oft wie notwendig eine Überweisung von Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin. Auch diese Untersuchung bezahlt Ihre Krankenversicherung. Es können aber je nach Krankenversicherung Kosten* durch Selbstbehalte entstehen.

***Eventuelle Kosten:**

Frauen, die bei

- einigen Krankenfürsorgeanstalten
- Privatversicherungen
- ausländischen Versicherungen

versichert sind, werden gebeten, im Vorfeld bei ihrer Versicherung die Möglichkeit der Teilnahme bzw. etwaige Kosten zu erfragen.

Gründe für eine diagnostische Mammografie sind zum Beispiel

- Beschwerden wie bei tastbaren Knoten, Dellen oder Verhärtungen der Haut, sichtbaren Verformungen, Hautveränderungen oder Einziehungen der Brustwarze, Blutungen oder anderen flüssigen Absonderungen aus der Brustwarze etc.
- ein Verdacht auf Brustkrebs,
- Brustkrebs und/oder die Nachbehandlung von Brustkrebs oder
- familiäres Risiko.

Diagnostische-Mammografie: in jedem Alter und so oft wie notwendig – MIT Überweisung

Risiko- und Hochrisikopatientinnen

Für Frauen, bei denen in der Familie Brust- und/oder Eierstockkrebs gehäuft auftritt, wird der Zeitpunkt und das Intervall der Mammografie weiterhin individuell vom Arzt / der Ärztin festgesetzt und eine **Überweisung** ausgestellt. Außerdem gibt es für diese Frauen die Möglichkeit, eine genetische Beratung/Testung vornehmen zu lassen.

Brustkrebspatientinnen

Kontroll-Mammografien für Brustkrebspatientinnen können und sollen gemäß dem empfohlenen Intervall durchgeführt werden. Dafür ist ebenfalls eine Überweisung notwendig.

Mammografie nur bei zertifizierten Standorten

JEDE Mammografie (sowohl die „Vorsorge“-Mammografie als auch die „Diagnostische“-Mammografie und auch die „Kontroll-/ Nachsorge-Mammografie“ für

Brustkrebspatientinnen) kann **nur bei zertifizierten radiologischen Untersuchungsstellen** durchgeführt werden. Wenn Sie zu einem Röntgen-Institut ohne Zertifizierung gehen, müssen Sie die Mammografie selbst bezahlen.

Für Frauen von 45 bis 69

Frauen zwischen 45 und 69 **erhalten alle 2 Jahre ein Erinnerungsschreiben**. In dem Brief finden Sie Informationen zum Programm und eine Liste der Radiologie – Institute in Ihrem Bundesland, wo Sie die Mammografie durchführen lassen können.

Frauen von 45 bis 69 erhalten einen Erinnerungsbrief.

Es ist wichtig zu wissen, dass Sie NICHT auf das Erinnerungsschreiben warten müssen, um eine Mammografie durchführen lassen zu können. Dafür genügt die freigeschaltete e-card. Vereinbaren Sie in einem Institut, das am Programm teilnimmt, einen Termin zur Mammografie und halten Sie Ihre e-card bereit. Wenn Sie nicht wissen, ob Ihre e-card für die Mammografie freigeschaltet ist, fragen Sie nach bei der Telefon-Serviceline 0800 500 181 oder bei Ihrem radiologischen Institut. Sobald Sie die Mammografie durchführen lassen und die e-card gesteckt wird, registriert das System, dass Sie bei der Mammografie waren, und schickt Ihnen **automatisch nach 24 Monaten die nächste Erinnerung** zur Mammografie zu. **Sollten Auffälligkeiten in der Mammografie sichtbar sein**, die man weiter abklären muss bzw. eine weitere Untersuchung in einem kürzeren Intervall notwendig sein, wird Ihr Arzt / Ihre Ärztin die entsprechenden Schritte einleiten.

Wenn Sie nicht am Programm teilnehmen möchten und auch keine Erinnerungsschreiben wünschen, teilen Sie dies bitte der Telefon-Serviceline 0800 500 181 mit.

Am Tag der Mammografie bitte beachten:

- **Frühere Mammografie-Aufnahmen** (falls vorhanden) bitte zur Mammografie mitbringen.
- **E-Card** unbedingt mitbringen!
- **Das Erinnerungsschreiben** müssen Sie **nicht** mitnehmen!
- **Überweisung** mitbringen (falls Sie eine bekommen haben).

- **Name und Adresse des Vertrauensarztes / der Vertrauensärztin**
- Bitte verwenden Sie am Tag der Untersuchung kein Deo, kein Puder und keine Creme im Brust- und Achselbereich.

Dem Erinnerungsschreiben liegt eine Auflistung der zertifizierten radiologischen Stellen in Ihrem Wohnbundesland bei. Alle teilnehmenden Stellen in Österreich sind auf der Homepage www.frueh-erkennen.at ersichtlich oder können über die kostenlose **Telefon-Seviceline 0800 500 181** erfragt werden.

Das Erinnerungsschreiben soll an die Untersuchung erinnern, aber kann die individuelle Beratung durch den Arzt / die Ärztin nicht ersetzen.

Für Frauen von 40 bis 44 und ab 70

Frauen zwischen 40 und 44 Jahren und ab 70 erhalten **kein** automatisches Erinnerungsschreiben zur Mammografie, können sich aber unter der Telefon-Serviceline 0800 500 181 oder online unter www.frueh-erkennen.at zum Programm anmelden.

Ihre e-card wird bei telefonischer Anmeldung noch während Ihres Anrufes freigeschaltet. Melden Sie sich online für das Programm an, kann dies bis zu zwei Tage in Anspruch nehmen. Sie können nun alle zwei Jahre zur Früherkennungsmammografie gehen und einen Termin bei einem radiologischen Institut, das am Programm teilnimmt, vereinbaren. Auch den Erinnerungsbrief erhalten Sie nach der Anmeldung zum Programm alle zwei Jahre und müssen sich nicht noch einmal „anmelden“.

Frauen von 40 bis 44 und ab 70 erhalten keinen automatischen Erinnerungsbrief, können sich aber unter 0800 500 181 oder www.frueh-erkennen.at anmelden.

Sollten Auffälligkeiten in der Mammografie sichtbar sein, die man weiter abklären muss bzw. eine weitere Untersuchung in einem kürzeren Intervall notwendig sein, wird Ihr Arzt / Ihre Ärztin die entsprechenden Schritte einleiten.

Frauen unter 40 Jahren

Frauen unter 40 Jahren werden nicht zur Brustkrebsvorsorge eingeladen, da das Brustgewebe von jungen Frauen meist so dicht ist, dass bei einer Mammografieaufnahme viel schwieriger gesundes von krankem Gewebe unterschieden werden kann. Dadurch kann es auch zu falsch positiven Befunden kommen. Zudem ist das Brustgewebe von jüngeren Frauen empfindlicher gegen Röntgenstrahlen. Es empfiehlt auch weltweit keine medizinische Fachgesellschaft eine routinemäßige Mammografie zur Früherkennung von Brustkrebs bei Frauen unter 40. Selbstverständlich gibt es aber die Möglichkeit der Mammografie zur Abklärung von Auffälligkeiten etc. Dafür ist eine ärztliche Überweisung zur Mammografie notwendig.

Frauen unter 40 erhalten keinen Erinnerungsbrief. Mammografie bei Bedarf mit Überweisung.

Mammografie-Befund

Arzt/Ärztin des Vertrauens

Sie haben die Möglichkeit, einen Arzt / eine Ärztin Ihres Vertrauens (z. B. Gynäkologie, Allgemeinmedizin) bekannt zu geben und ihn/sie im Zusammenhang mit Fragen zum Brustkrebs-Früherkennungsprogramm bereits vor der Mammografie und auf Wunsch auch zur Befundbesprechung aufsuchen. Ihr Arzt / Ihre Ärztin kann Ihnen auch eine Überweisung für die Brustkrebs-Früherkennung mitgeben.

In 90 bis 95 Prozent aller Fälle ergibt die Mammografie einen unauffälligen Befund. Hier sollten Sie nach zwei Jahren die nächste Mammografie durchführen lassen.

„Wie lange muss ich auf den Befund warten ...?“

Um einen hohen Qualitätsstandard bei der Befundung der Mammografie-Aufnahmen zu gewährleisten, bewerten zwei RadiologInnen unabhängig voneinander die Aufnahmen (4-Augen-Prinzip). Dafür ist ausreichend Zeit notwendig.

Wenn mindestens einer dieser Fachärzte / eine dieser Fachärztinnen es für nötig hält, den Befund weiter abzuklären, beraten sie sich in einer gemeinsamen Konferenz. Da allen Verantwortlichen bewusst ist, dass die Zeit des Wartens auf das Ergebnis für Sie belastend sein kann, wird keine Zeit vergeudet*.

* Laut dem „Ersten Evaluationsbericht zum Österreichischen Brustkrebs-Früherkennungsprogramm“ warten Österreichs Frauen durchschnittlich zwei Werktage auf ihren Befund.

Bei „unauffälligem“ Befund ...

Wenn Ihr Befund „unauffällig“ ist (kein Verdacht auf eine Erkrankung vorliegt), wird der Befund **innerhalb von sieben Werktagen** nach der Untersuchung an Sie versandt oder Sie **holen ihn im radiologischen Institut ab**. Wenn Sie einen Vertrauensarzt / eine Vertrauensärztin angegeben haben, wird diese(r) schriftlich informiert, dass Sie eine Vorsorge-Mammografie durchgeführt haben. Ihr Arzt / Ihre Ärztin erhält aber nicht automatisch den Befund. Dies erfolgt nur mit Ihrer Zustimmung und nach Zustimmung Ihres Arztes / Ihrer Ärztin. Wenn Sie von Ihrem Arzt / Ihrer Ärztin eine Überweisung für die Mammografie zur Untersuchung mitgebracht haben, erhält Ihr Arzt / Ihre Ärztin auch automatisch den Befund.

„Wenn alles in Ordnung ist, wie geht es dann weiter ...?“

Wenn Ihr Befund eine Einstufung nach BIRADS 1 oder 2 enthält, **dann bekommen Sie in zwei Jahren automatisch die nächste Erinnerung** zur Mammografie. Das heißt allerdings nicht, dass Sie während dieser Zeit nicht trotzdem an Brustkrebs erkranken könnten. Trotz aller Sorgfalt kann ein Tumor übersehen worden sein oder er war zum Zeitpunkt der Untersuchung noch nicht sichtbar. Oder er entsteht erst während der zwei Jahre bis zur nächsten Untersuchung. Sie sollten sich deshalb direkt an einen Arzt / eine Ärztin wenden, wenn Ihnen in der Zeit bis zur nächsten Mammografie Veränderungen an Ihrer Brust auffallen. Das sind zum Beispiel tastbare Knoten, Dellen oder Verhärtungen der Haut, sichtbare Verformungen, Hautveränderungen oder Einziehungen der Brustwarze sowie Blutungen oder andere Absonderungen aus der Brustwarze.

Bei „auffälligem“ Befund ...

Wurde in Ihrem Befund etwas Auffälliges gefunden, dann erhalten Sie **zusätzlich zum Befund eine deutliche Aufforderung zur Befundbesprechung/Abklärung**. Das kann beim Radiologen/der Radiologin stattfinden oder bei Ihrem Vertrauensarzt/Ärztin. Parallel dazu wird entweder telefonisch oder mittels „eingeschriebenem Brief“ sichergestellt, dass Sie diese Information erreicht hat. Wenn Sie innerhalb von 4 Wochen nicht reagieren, werden Sie einen zweiten eingeschriebenen Brief erhalten.

Sollten Sie dann immer noch nicht reagieren, endet die Haftung des Radiologen/der Radiologin. Die Krebshilfe appelliert an Sie, der Aufforderung zur Befundbesprechung unbedingt nachzukommen. **Ein auffälliger Befund muss nicht bedeuten, dass Sie Brustkrebs haben. Es ist jedoch unbedingt notwendig, den Befund mit Ihnen zu besprechen und weitere Untersuchungen einzuleiten***, um jedem Verdacht nachzugehen.

* z. B. nochmalige Mammografie, Ultraschall- oder MRT oder eine Gewebeentnahme

Biopsie (Gewebeentnahme)

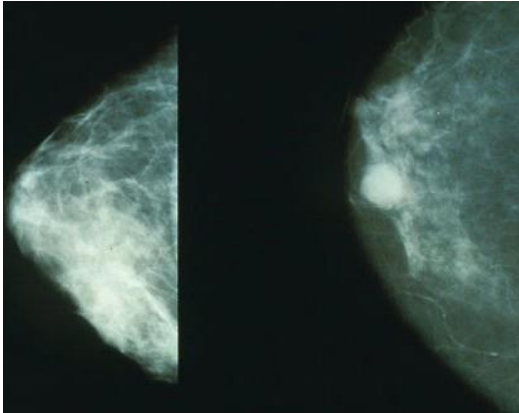
Unter lokaler Betäubung wird mit einer Nadel Gewebe aus der Brust entnommen. Es kommt dadurch **keinesfalls** zu einer Ausschwemmung von etwaigen Tumorzellen oder gar zu einem Fortschreiten der Erkrankung. Das Gewebe wird danach histologisch untersucht. Bei einem gutartigen Befund kann auf eine Operation verzichtet werden. Im Falle eines bösartigen Befundes wird eine individuelle Therapieplanung vorgenommen.

Die Österreichische Krebshilfe empfiehlt, diese Untersuchung (Biopsie) an „Zertifizierten Brustgesundheitszentren“ vornehmen zu lassen. Eine Liste aller Zentren finden Sie unter www.krebshilfe.net.

„Falsch negativer Befund“

In seltenen Fällen ist durch die Mammografie und/oder Ultraschall kein Krebs sichtbar, obwohl sich in der Brust bereits ein Tumor gebildet hat. Das nennt man einen **„falsch negativen Befund“**.

Grund kann die Beschaffenheit des Tumors oder des Gewebes sein. Es gibt jedoch auch rasch wachsende Krebsarten, die sich im Zeitraum zwischen den Untersuchungen bilden können (Intervallkarzinom).



Mammografie-Bild: links unauffällig (gesund) rechts auffällig (Brustkrebs). Foto: National Cancer Institute, USA

„Falsch positiver Befund“

Es kann auch vorkommen, dass eine Frau einen verdächtigen Befund erhält, der sich in weiterer Folge durch die zusätzliche Abklärung als harmlos oder gutartig herausstellt. Das wird als „**falsch positiver Befund**“ bezeichnet.

Diagnose Brustkrebs

Erhärtet sich der Verdacht auf Brustkrebs, wird mit Ihnen das weitere Vorgehen besprochen, damit Sie nach den besten derzeit verfügbaren Standards behandelt und betreut werden können.

Die Österreichische Krebshilfe empfiehlt die Behandlung von Brustkrebs in ausgewiesenen und zertifizierten Brustgesundheitszentren – eine Auflistung finden Sie unter www.krebshilfe.net.

BI-RADS™-Kriterien

Für Laien ist es meist unverständlich, was im Befund steht. Das wurde durch die Einführung der „BI-RADS™-Kriterien“ erleichtert. Die durch das Amerikanische Kollegium

der RadiologInnen geschaffenen und auch in Österreich in Mammografie-Befunden verwendeten „BI-RADS™-Kriterien“ (Breast Imaging Reporting and Data System) dienen zwar vorrangig MedizinerInnen, helfen jedoch auch Laien, den Mammografie-Befund „auf einen Blick“ leichter zu verstehen.



In den Krebshilfe-Broschüren „Brustkrebs“ und „Metastasierter Brustkrebs“ finden Sie eine Auflistung von zertifizierten Brustgesundheitszentren in ganz Österreich sowie viele Informationen zu den Themen Therapie, Nebenwirkungen und über das breite Hilfs- und Unterstützungsangebot der Krebshilfe.

Breast Imaging Reporting and Data System

Dies ersetzt vor allem bei auffälligen Befunden (ab BI-RADS 3) selbstverständlich in keinster Weise die Befundbesprechung mit dem Arzt / der Ärztin!

BI-RADS™ – Kriterien des radiologischen Befundes:

- **BIRADS 0:** Das Mammografie-Bild ist nicht aussagekräftig genug und darum müssen weitere Untersuchungen durchgeführt werden.
- **BIRADS 1:** Der Befund ist unauffällig, es wurden keine erwähnenswerten Veränderungen gesehen. Sie erhalten in 2 Jahren wieder eine Einladung zur „Vorsorge-Mammografie“.
- **BIRADS 2:** Der Befund ist gutartig. Das heißt, es wurden zwar Veränderungen festgestellt, doch bei diesen handelt es sich mit an Sicherheit grenzender Wahrscheinlichkeit nicht um Krebs. Sie erhalten in 2 Jahren wieder eine Einladung zur „Vorsorge-Mammografie“.

- **BIRADS 3:** Es wurde eine Veränderung gesehen, deren Entwicklung beobachtet werden sollte. Sie erhalten in 6 Monaten eine Einladung zu einer Kontroll-Mammografie.
- **BIRADS 4:** Es wurden auf dem Röntgenbild Veränderungen gesehen, die auf jeden Fall durch die Entnahme einer Gewebeprobe (Biopsie) abgeklärt werden sollten.
- **BIRADS 5:** bedeutet, dass die Wahrscheinlichkeit einer Krebserkrankung hoch ist. Eine Biopsie liefert wichtige Informationen für die weitere Therapieplanung. Die Österreichische Krebshilfe empfiehlt, diese Untersuchung und die Behandlung an „Zertifizierten Brustgesundheitszentren“ vornehmen zu lassen. Eine Auflistung aller Zentren finden Sie unter www.krebshilfe.net.
- **BIRADS 6:** histologisch bekanntes Mammakarzinom (nach Stanzbiopsie bei neoadjuvanter Therapie).

BIRADS I ist sehr selten! Wenn sich Ihr Befund gegenüber dem Vorbefund von BIRADS I auf BIRADS II geändert hat, ist das kein Grund zur Besorgnis.

Mammografie-Qualitätsstandards

Das Programm sieht besonders hohe Qualitätsstandards vor, z. B. Schulung und Fortbildung der RadiologInnen und MitarbeiterInnen sowie hohe Qualitätsstandards der technischen Geräte.

Zertifizierte radiologische Untersuchungsstellen:

Eine Auflistung zertifizierter radiologischer Stellen finden Sie unter www.frueh-erkennen.at.

- Teilnehmende RadiologInnen müssen die Befundung von Mammografie-Aufnahmen von mindestens 2.000 Frauen pro Jahr nachweisen.

- Die Röntgenuntersuchung wird von speziell geschulten MitarbeiterInnen an streng kontrollierten, modernen digitalen Geräten durchgeführt.
- Es gibt von der Österreichischen Ärztekammer ein spezielles Zertifikat für „Mammadiagnostik“. Nur radiologische Praxen, Institute und Spitalsabteilungen bzw. -ambulanzen mit einem solchen Zertifikat, die auch mit digitalen Mammografiegeräten ausgestattet sind, dürfen an diesem Programm teilnehmen.
- Jedes Röntgenbild wird von zwei unabhängigen und zertifizierten RadiologInnen sorgfältig ausgewertet. Dieses Vier-Augen-Prinzip dient der Qualitätssicherung.
- Die Umsetzung und Ergebnisse des Programms werden unter Wahrung der Datenschutzbestimmungen ausgewertet.

Schematischer Ablauf Mammografie

Brustkrebs-Früherkennungsprogramm

So nehmen Sie teil:

Brustkrebs-Früherkennungsprogramm So nehmen Sie teil!



Beschreibung des Ablaufs:

Schritt 1: Früherkennungsmammografie mit freigeschalteter e-card alle 2 Jahre

- Frauen von 45 bis 69 Jahren: e-card automatisch freigeschaltet
- Frauen von 40 bis 44 und ab 70 Jahren: e-card Freischaltung nach Anmeldung zum Programm – www.frueh-erkennen.at oder Telefon-Serviceline 0800 500 181
- Erinnerungsbrief zur Information für Frauen dieser Altersgruppen.

Schritt 2: Untersuchung mit freigeschalteter e-card bei zertifiziertem/r

Radiologen/Radiologin:

- Mammografie: Röntgen der Brust
- Doppel-Befundung: Aufnahmen werden durch zwei Radiologinnen/Radiologen unabhängig voneinander begutachtet
- Ultraschall: Bei medizinischer Notwendigkeit (Entscheidung durch Radiologin/Radiologen)

Bei unauffälligem Befund weiter mit Schritt 1.

Bei auffälligem Befund weiter mit Schritt 3.

Schritt 3: Abklärung: Weiterführende Untersuchungen, z.B. Magnetresonanz, Biopsie

Bei unauffälligem Befund -> weiter mit Schritt 1

Bei auffälligem Befund weiter mit Schritt 4

Schritt 4: Behandlung durch spezialisierte Fachärztinnen/Fachärzte

Behandlung: Die Österreichische Krebshilfe empfiehlt, die Behandlung unbedingt an einem „zertifizierten Brustgesundheitszentrum“ durchführen zu lassen. Eine Auflistung aller Zentren finden Sie unter: www.krebshilfe.net.

Fragen & Antworten

Nachstehend haben wir einige der häufigsten Fragen und Antworten dargestellt. Selbstverständlich stehen Ihnen die Österreichische Krebshilfe und die **Telefon-Serviceline 0800 500 181*** jederzeit für weitere Auskünfte zur Verfügung.

* Serviceline 0800 500 181 (Montag bis Freitag 8 bis 18 Uhr, kostenfrei aus ganz Österreich)

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sprechen auch Englisch, Bosnisch, Kroatisch, Serbisch, Ungarisch und Türkisch.

„Bei meiner letzten Mammografie wurde ein anderes Intervall empfohlen ...“

Unabhängig davon, ob Sie eine Erinnerung erhalten haben oder nicht: Sollte Ihnen bei der letzten Befundbesprechung eine Kontroll-Mammografie empfohlen worden sein, so halten Sie diese Empfehlung bitte unbedingt ein oder sprechen Sie mit Ihrem Arzt / Ihrer Ärztin.

„Ich war früher öfter bei der Mammografie ...“

Die Österreichische Krebshilfe empfiehlt seit vielen Jahren die Mammografie in einem 2-Jahres-Intervall. Selbstverständlich gibt es auch weiterhin (so wie in der Vergangenheit) Mammografien zur Abklärung von Auffälligkeiten oder Veränderungen mit Verdacht auf Brustkrebs oder anderen Brusterkrankungen. Dazu ist eine ärztliche Überweisung/Zuweisung notwendig.

„Ich hatte früher auch immer eine Ultraschall-Untersuchung ...“

Sollte bei der Mammografie etwas Auffälliges entdeckt werden oder das Brustgewebe sehr dicht sein, kann zusätzlich eine Ultraschall-Untersuchung (= Sonografie) gemacht werden. Die Notwendigkeit wird durch den Radiologen / die Radiologin individuell entschieden. **Die Ultraschalluntersuchung ist nicht als alleinige Früherkennungsuntersuchung geeignet** und kann, falls erforderlich, als zusätzliche Untersuchungsmethode nach der Mammografie eingesetzt werden. Sie hat – alleine durchgeführt – gegenüber der Mammografie den Nachteil, dass sie weniger bösartige Tumore in einem frühen Stadium findet und zu mehr unnötigen Gewebeentnahmen führt.

Sie kommt aber ohne Strahlenbelastung aus und bei dichtem Brustgewebe können Veränderungen entdeckt werden, die in der Mammografie nicht erkennbar sind.

„Ich hatte schon einmal eine MRT (Magnetresonanztomografie).“

Vor allem bei Narbenveränderungen kann in Ergänzung zum Ultraschall die **Magnetresonanztomografie (MRT)** wichtige ergänzende Informationen liefern. Bei jungen Frauen mit einem genetisch bedingten hohen Brustkrebsrisiko hat sich die MRT besonders bewährt.

Ein Nachteil der MRT ist der höhere Anteil an „falsch positiven“ Befunden, weshalb die MRT für eine generelle Früherkennungsuntersuchung nicht geeignet ist. Bei jungen Frauen ist es wichtig, eine MRT-Untersuchung der Brust immer in der 2. Woche des Monatszyklus durchführen zu lassen. So können falsch positive Befunde deutlich reduziert werden.

„Ich habe/hatte Brustkrebs ...“

Aus Gründen des Datenschutzes ist den Absendern der Einladung nicht bekannt, ob Sie eventuell wegen einer Brustkrebserkrankung oder eines genetisch erhöhten Risikos bereits in medizinischer Betreuung waren oder sind und festgelegte Kontroll-Untersuchungen haben. Betrachten Sie in diesen Fällen **die Erinnerung als gegenstandslos und folgen Sie den vom behandelnden Arzt / von der behandelnden Ärztin empfohlenen Kontroll-Untersuchungen.**

Nach kosmetischer Korrektur

Auch nach einer kosmetischen Brustkorrektur ist es wichtig, regelmäßige Früherkennungsuntersuchungen durchführen zu lassen. Wurde eine Silikonprothese eingesetzt, kann eine Mammografie gemacht werden. Sollte jedoch die Kompression der Brust nicht ausreichend erfolgen können, wird eine MRT oder ein Ultraschall vorgenommen. Bei Verdacht einer Ruptur (Riss) sollte eine MRT eingesetzt werden.

Datenschutz & Auswertung

Die Adressen für die Erinnerungen zum Brustkrebs-Früherkennungsprogramm stammen von der Sozialversicherung. Das Programm wird wissenschaftlich begleitet und

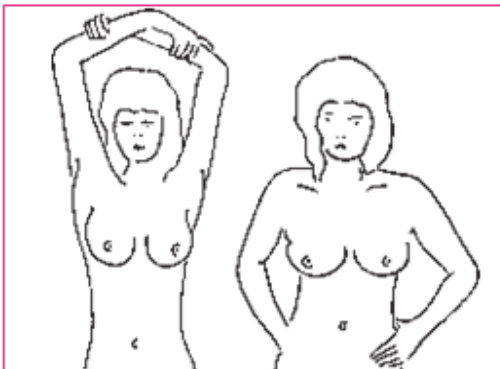
ausgewertet. Dazu werden die Daten so verschlüsselt, dass sie nicht mehr auf die untersuchte Frau zurückgeführt werden können (pseudonymisiert). Das gewährleistet den Schutz der sensiblen Daten. Die Dokumentation dient vor allem dazu, die Qualität der Untersuchungen zu sichern. Alle teilnehmenden Radiologinnen und Radiologen erhalten regelmäßig Rückmeldung darüber, ob sich Verdachtsdiagnosen bei den weiteren Untersuchungen bestätigt haben.

Brustbewusstsein

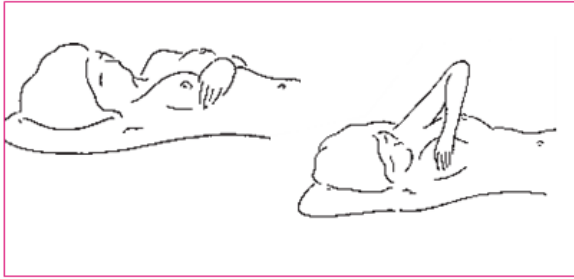
Abtasten der Brust

Die Selbstabtastung der Brust, das Abtasten durch den Arzt oder durch Dritte (z. B. blinde Frauen) dient einem Brustbewusstsein, ist aber nicht als Früherkennungsuntersuchung anzusehen und ersetzt daher keinesfalls die Mammografie!

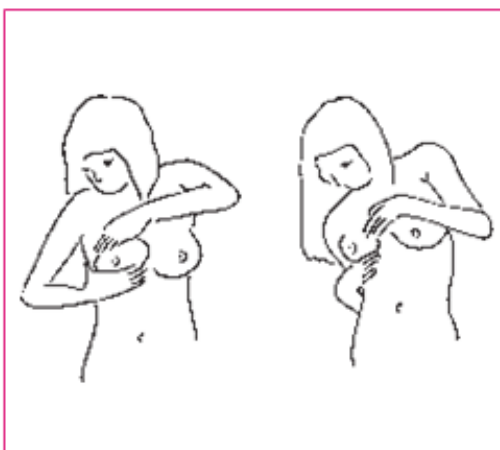
Das „Abtasten“ kann Frauen oft auch sehr beunruhigen, weil sie naturgemäß keine Erfahrung haben, welche Veränderung „normal“ und welche „auffällig“ ist. Dadurch kann es einerseits zu großer Verunsicherung wegen unberechtigter Sorgen kommen aber auch zu Verzögerungen in der Diagnose, wenn sich die Frau in falscher Sicherheit wiegt. Jede Frau sollte daher bei aus ihrer Sicht neuen Auffälligkeiten in den Brüsten wie z. B. Einziehungen der Haut oder einer Brustwarze, Verwölbungen oder blutigen Sekretionen aus der Brustwarze, Rötungen der Brust, Ekzem der Brustwarze, Knoten in der Brust oder in den Achselhöhlen und/oder Schmerzen und Spannungen den Arzt / die Ärztin ihres Vertrauens kontaktieren.



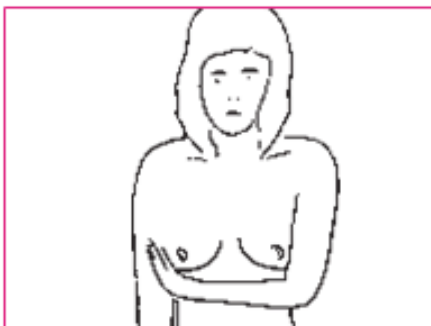
1. Vor dem Spiegel: Kontrollieren Sie Größe und Form der Brüste, Veränderungen der Haut und der Brustwarzen. Heben Sie die Arme hoch über den Kopf, die Brüste müssen der Bewegung folgen, die Brustwarzen gleich hoch stehen. Diese Bewegung macht man frontal, seitlich rechts und seitlich links. Dann stemmt man die Hände fest in die Hüften und schaut die Brüste wieder von allen Seiten an.



2. Im Liegen: Rücken über ein Kissen nach hinten biegen. Arm der Seite, die untersucht werden soll, nach oben hinten heben. Die Brust mit den aneinanderliegenden Fingerflächen der gegenseitigen Hand abtasten. Warzenhof nicht vergessen. Achten Sie darauf, ob sich unter der Haut Teile der Brust nur schwer verschieben lassen.



3. Im Sitzen oder Stehen: Man neigt den Oberkörper locker etwas nach vorn und ein wenig auf die Seite, die man untersuchen will. Hand der gleichen Seite leicht anhebend unter die Brust legen. Mit aneinanderliegenden Fingern der anderen Hand die Brust tastend abfühlen. Dann die ganze Brust mit gegeneinanderspielenden Händen nochmals abtasten. Brustwarze mit den Fingerspitzen umgreifen, abfühlen, wobei man zugleich in die Tiefe drückt.



4. Untersuchungen der Achselhöhlen jeweils mit der gegenseitigen Hand, um die dort liegenden Lymphdrüsen zu kontrollieren. Die Untersuchungen sollen mit leichter Hand und zartem, streichendem Druck gegen die Unterlage der Brust oder der anderen Hand erfolgen.

Bei Frauen im geschlechtsreifen Alter ist der ideale Zeitpunkt zum Abtasten der Brust kurz vor bzw. kurz nach der Monatsblutung. Werden dabei Veränderungen festgestellt, ist unbedingt ein Arzt / eine Ärztin aufzusuchen.

Nicht jede Veränderung, die beim Abtasten entdeckt wird, bedeutet, dass es sich um Brustkrebs handelt. Nur die Mammografie ist eine wissenschaftlich erwiesene Methode zur Früherkennung von Brustkrebs.

Brustkrebs- Früherkennungsempfehlungen

Krebshilfe-Empfehlungen

Brustkrebs-Früherkennungsempfehlungen der Österreichischen Krebshilfe:

- **Frauen zwischen 45 und 69**
erhalten ein offizielles Schreiben als Erinnerung an die Mammografie. Sie müssen aber nicht auf das Schreiben warten, sondern können alle 2 Jahre einen Termin für eine „Vorsorge“-Mammografie bei einem teilnehmenden radiologischen Institut vereinbaren (e-card erforderlich). Eine Liste der zertifizierten radiologischen Stellen finden Sie unter www.frueh-erkennen.at.
- **Frauen zwischen 40 und 44 und ab 70**
erhalten kein automatisches Einladungsschreiben, können jedoch freiwillig am Früherkennungsprogramm teilnehmen und sich im Programm unter www.frueh-erkennen.at oder telefonisch unter der Telefon-Serviceline 0800 500 181 anmelden.
- **Ergänzende Ultraschalluntersuchung:**
Sollte bei der Mammografie etwas Auffälliges entdeckt werden oder das Brustgewebe sehr dicht sein, kann zusätzlich eine Ultraschall-Untersuchung (= Sonografie) gemacht werden. Die Notwendigkeit wird durch den Radiologen / die Radiologin individuell entschieden.
- **Frauen unter 40**
erhalten kein Einladungsschreiben. Selbstverständlich gibt es Mammografien zur Abklärung von Auffälligkeiten oder Veränderungen mit Verdacht auf Brustkrebs. Dazu ist eine ärztliche Überweisung/Zuweisung notwendig.
- **Mammografie bei Bedarf**
Selbstverständlich gibt es die Möglichkeit, eine Mammografie außerhalb des Programms – wenn medizinisch indiziert – durchführen zu lassen.
- **Für HochrisikopatientInnen:**
Für Frauen mit nachweislicher BRCA-1-/BRCA-2-Mutation gibt es eigene Früherkennungsempfehlungen, die nach Rücksprache mit dem Arzt/der Ärztin des Vertrauens festgelegt werden.

Adressen

Die Österreichische Krebshilfe ist österreichweit für Sie da:

Telefonische Erreichbarkeit:

Montag bis Donnerstag von 9:00 bis 12:00 Uhr und 13:00 bis 16:00 Uhr,

Freitag 9:00 bis 12:00 Uhr

Burgenland

7202 Bad Sauerbrunn, Hartiggasse 4

Tel.: (0650) 244 08 21

E-Mail: office@krebshilfe-bgld.at

www.krebshilfe-bgld.at

Kärnten

9020 Klagenfurt

Völkermarkter Straße 25

Tel.: (0463) 50 70 78

E-Mail: office@krebshilfe-ktn.at

www.krebshilfe-ktn.at

Niederösterreich

2700 Wiener Neustadt, Wiener Straße 69

Tel.: (05 07 66 12) 22 97 oder 22 79

E-Mail: krebshilfe@krebshilfe-noe.at

www.krebshilfe-noe.at

Oberösterreich

4020 Linz, Harrachstraße 15/1

Tel.: (0732) 77 77 56

E-Mail: office@krebshilfe-ooe.at

www.krebshilfe-ooe.at

Salzburg

5020 Salzburg, Mertensstraße 13

Beratungstelefon: (0662) 87 35 36

Tel.: (0662) 87 35 35

E-Mail: office@krebshilfe-sbg.at

www.krebshilfe-sbg.at

Steiermark

8042 Graz, Rudolf-Hans-Bartsch-Str. 15-17

Tel.: (0316) 47 44 33-0

E-Mail: office@krebshilfe.at

www.krebshilfe.at

Tirol

6020 Innsbruck, Anichstraße 5a

Tel.: (0512) 57 77 68

E-Mail: office@krebshilfe-tirol.at

www.krebshilfe-tirol.at

Vorarlberg

6850 Dornbirn, Rathausplatz 4

Tel. (05572) 202 388

E-Mail: office@krebshilfe-vbg.at

www.krebshilfe-vbg.at

Wien

1200 Wien, Pier 50

Brigittenauer Lände 50-54, 4. Stg./5. OG

Tel.: (01) 408 70 48, Hotline: 0800 699 900

E-Mail: service@krebshilfe-wien.at

www.krebshilfe-wien.at

Dachverband

1010 Wien, Tuchlauben 19

Tel.: (01) 796 64 50

E-Mail: service@krebshilfe.net

www.krebshilfe.net