



Nur bei Verdacht sinnvoll:

- + Lungenröntgenaufnahme
- + Skelettszintigraphie
- + Oberbauchultraschall
- + Computertomographie (CT)
- + PET-CT
- + Magnetresonanztomographie (MRT)
- + Tumormarker, Blutuntersuchung

Weitere Informationen finden Sie unter
[http://www.gz-w.de/stationaere-versorgung/
brustzentrum](http://www.gz-w.de/stationaere-versorgung/brustzentrum)

Sprechen Sie mit uns über Ihre Fragen, individuellen
Wünsche und auch Sorgen.
Wir wünschen Ihnen alles Gute!



Kontakt:

Brustzentrum Bad Nauheim
Hochwaldkrankenhaus
Chefarzt Dr. Ulrich Groh

Chaumontplatz 1
61231 Bad Nauheim
Tel.: 06032 702-1207
brustzentrum@gz-wetterau.de
www.gz-wetterau.de

Sprechen Sie mit uns über Ihre Fragen
und individuellen Wünsche.



Gesund bleiben nach der Primärtherapie

Das Nachsorgekonzept des
Brustzentrums Bad Nauheim



Sehr geehrte, liebe Patientin,

nachdem bei Ihnen nun die so genannte Primärtherapie (Operation, gegebenenfalls Bestrahlung/Chemotherapie) abgeschlossen ist, beginnt nun die Tumornachsorge. Ziel der Tumornachsorge ist es, ein Wiederauftreten der Erkrankung – insbesondere der betroffenen Seite und auch der anderen Brust – möglichst früh zu erkennen.

Wir möchten Ihnen aber auch helfen, mit den Auswirkungen und Nebenwirkungen der Erkrankung und der Therapie zurechtzukommen bzw. diese zu vermindern. Die Nachsorge findet primär bei Ihrer Frauenärztin/Ihrem Frauenarzt statt.

Zur ersten Nachsorge melden Sie sich bitte drei Monate nach der Operation. Falls Sie eine Chemotherapie und/oder eine Bestrahlung erhalten, sollte die erste Nachsorge vier Wochen nach der letzten Behandlungsmaßnahme oder nach der Reha-Maßnahme erfolgen. Zu speziellen Untersuchungen (z.B. Mammographie) werden Sie von dort aus überwiesen. Unser Team im Brustzentrum Bad Nauheim wird nur dann in die Nachsorge eingebunden, wenn Ihre Frauenärztin/Ihr Frauenarzt dies aus besonderen Gründen für erforderlich hält und Sie zu uns überweist.

Von planmäßigen Röntgenuntersuchungen, Szintigraphien und Laboruntersuchungen ist man nicht aus Ersparnis, sondern aus Erkenntnisgründen abgekommen. Umfangreiche Studien haben ergeben, dass man durch diese Untersuchungen weder die Lebensqualität noch die Lebenserwartung verbessern kann. Wichtig sind aber das Gespräch und die Untersuchung der Brust/ Brustwand, auch per Ultraschall und Mammographie.

Wenn neue Beschwerden auftreten, wenn Sie bei der Selbstuntersuchung Auffälligkeiten entdecken oder wenn Sie sich krank fühlen, suchen Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt baldmöglichst auf. Warten Sie nicht bis zum nächsten geplanten Nachsorgetermin. Zu unserem Konzept gehört es, dann gezielte Untersuchungen einzuleiten.

Brustkrebs-Nachsorge im Überblick

		Nachsorge/Follow-Up*		(Screening)
Jahre nach Primärtherapie		1 2 3	4 5	> 6
Anamnese, klinische Untersuchung, Beratung		alle 3 Monate	alle 6 Monate	alle 12 Monate
Selbstuntersuchung		monatlich		
Bildgebende Diagnostik, Laboruntersuchungen		Indiziert nur bei Symptomatik ± Befunden ± Verdacht auf Rezidiv/Metastasen		
Mammographie	beidseits	alle 12 Monate	alle 12 Monate	
Brustultraschall		alle 12 Monate	alle 12 Monate	

*Fortlaufende „Nachsorgeuntersuchungen“ bei noch laufender adjuvanter Therapie

Die Nachsorge umfasst...

... **das Nachsorgegespräch:** Allgemeinbefinden, spezielle Symptome (Knochenschmerzen, Luftnot, Abgeschlagenheit, Gewichtsverlust etc.), Nebenwirkungen der Therapie

... **die körperliche Untersuchung:** z.B. zur Erkennung eines Wiederauftretens der Erkrankung

... **die Mammographie:** jährlich; erste Kontrolle ein Jahr nach der Operation

... **die gynäkologische Untersuchung:** regelmäßige jährliche Untersuchung mit Zellabstrich und gegebenenfalls Ultraschall, unter Tamoxifen-Einnahme alle sechs bis zwölf Monate

... **die Behandlung von Nebenwirkungen der Nachbehandlung:** insbesondere Hitzewallungen und Schlafstörungen, therapiebedingte Veränderungen der Knochendichte, Unterstützung bei der Krankheitsverarbeitung

... **die Selbstuntersuchung:** monatliche Selbstuntersuchung der Brust

Ziele der Nachsorge sind...

... **Erkennen von Lokalrezidiven** (Wiederauftreten von Tumoren im Bereich der erkrankten Brust oder der Lymphknoten) oder neuen Befunden in der betroffenen oder der anderen Brust

... **Erkennen von symptomatischen**, also Beschwerden verursachenden Metastasen

... **Sie zu unterstützen**, mit den Nebenwirkungen der Nachbehandlung möglichst gut zu leben

... **Sie zu körperlicher Aktivität zu motivieren**, die nicht nur das Wohlbefinden hebt, sondern auch das Rückfallrisiko signifikant senkt. Je nach Ihrer Fitness und Ihren Vorlieben kann damit Ausdauertraining, Walking, Radfahren, Spazierengehen oder Gymnastik im Sitzen gemeint sein. Wenn Sie im Verein oder mit Freunden körperlich aktiv waren: Bleiben Sie es! Oder Sie nutzen die Angebote der medizinischen Trainingstherapie, der Sportgruppen nach Brustkrebs (siehe auch unter: http://www.krebshilfe.de/fileadmin/Inhalte/Downloads/PDFs/Blaue_Ratgeber/048_0104.pdf)