

PINK RIBBON

„Jede Diagnose Krebs zieht einem den Boden unter den Füßen weg“

INTERVIEW. Bernd Hartmann (57) hat als Oberarzt an der Hämatologie im Landeskrankenhaus Rankweil und Präsident der Krebshilfe Vorarlberg täglich mit Krebspatienten zu tun.

Warum ist es wichtig, im Oktober auf Brustkrebs aufmerksam zu machen?

Bernd Hartmann: Alle drei Sekunden erkrankt ein Mensch weltweit an Krebs, und alle 30 Sekunden ist es Brustkrebs. In Österreich erkrankt alle 95 Minuten eine Person an Brustkrebs. In Vorarlberg erkranken jährlich etwa 270 Personen neu, davon ist etwa ein Prozent männlich. Im Pink-Ribbon-Monat wird mit Veranstaltungen daran erinnert: Geht zur Vorsorge und macht selber Vorsorge. Auch wird das Stigma Brustkrebs durchbrochen und gezeigt, dass erkrankte Frauen Teil der Gesellschaft sind und sich da weiterhin bewegen können und sollen. Das Ziel ist es, den Brustkrebs so früh wie möglich zu erkennen, weil dann ist er gut heilbar.

Wann und wie oft sollten Frauen zur Vorsorge gehen?

Hartmann: Vom 45. bis 74. Lebensjahr sollen Frauen alle zwei Jahre zur Mammografie gehen. Eine Brustuntersuchung sollen sie selbst monatlich machen. Das kann man nach der Dusche machen, wenn man mit einer Hand die Brust fixiert und sie mit der anderen Hand durchtastet. Jede Frau kennt ihre Brust am besten, und durch die regelmäßige Untersuchung hat sie auch einen Vergleich. Alles, was neu ist und sich verändert, auch etwa an der Haut, oder die Brustwarze sich einzieht und es zu Sekret-Abgabe kommt, muss abgeklärt werden. Am besten sich dann beim Gynäkologen oder Hausarzt vorstellen.

Haben wir Einfluss auf das Risiko zu erkranken?

Hartmann: Prävention ist noch wichtiger als Vorsorge. Wir glauben, dass mehr als zehn

Prozent der Krebserkrankungen in Lifestyleproblemen gründen. Das ist schweres Übergewicht, Rauchen und Alkohol. Man soll versuchen, durch einen gesunden Lebensstil Prävention zu betreiben.

Haben Hormone wie etwa die Antibabypille Auswirkungen auf das Risiko, zu erkranken?

Hartmann: Das ist ein ewig diskutiertes Thema. Ein langfristiger Gebrauch der Antibabypille zeigt statistisch kein erhöhtes Risiko. Manche nehmen sie Jahrzehnte lang. Wenn man die Pille nur kurz nimmt, ist das Risiko kurzfristig erhöht und kommt dann auf ein normales Niveau zurück. Was sehr wohl ein Risikofaktor darstellt, ist die Langzeit-Hormonersatzbehandlung im Alter, wenn Frauen in den Wechsel kommen. Wenn dann Frauen Hitzewallungen und psychische Probleme haben und sich unwohl fühlen, war früher klar, dass man ihnen den Hormonersatz großzügig verschreibt. Die Untersuchungen haben aber gezeigt, dass dies mit einem erhöhten Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen einhergeht und eine zusätzliche Belastung darstellt. Es hat daher bei uns Medizinern zu einem Umdenken geführt, und die Hormonersatztherapie wird nur noch gezielt und individuell eingesetzt.



Bernd Hartmann.

HARTINGER

Diese Zurückhaltung hat auch einen positiven Einfluss auf die Brustkrebsentstehung. Alternativ-Präparate pflanzlicher Natur und die Empfehlung zu körperlicher Aktivität können hilfreich sein.

Kritiker sehen Überdiagnosen als Nachteile der Vorsorge.

Hartmann: Wenn 1000 Frauen zur Mammografie gehen, dann ist bei 970 nichts, bei 30 gibt es einen Befund. Von den 30 haben 24 nichts, also der Tumor ist gutartig. Aber natürlich werden 30 untersucht, wovon sechs Brustkrebs diagnostiziert bekommen. Kein Vorsorgesystem ist hundertprozentig effektiv. Bei MRT-Untersuchungen als Vorsorge der Brust wären noch mehr falsche positive Befunde und daher zu viele verunsicherte Frauen, die keinen Tumor haben. Deswegen setzt man das nicht in der Routine ein. Es braucht immer ein Abwägen von Risiko und Nutzen. Gynäkologen raten zur Selbstuntersuchung und Mammografie.

Warum sollte man keine Angst vor einer Diagnose schüren?

Hartmann: Jede Diagnose Krebs zieht einem den Boden unter den Füßen weg. Aber man kann sie nicht wegdiskutieren. Wenn die Diagnose da ist, dann ist sie da. Mir ist lieber früh, und der Tumor ist klein mit guten Heilungschancen, als wenn ich sagen muss: „Wir haben einen Tumor gefunden, aber wir haben auch gesehen: der sitzt auch schon in Lunge, Leber und Knochen. Wir können Sie zwar behandeln, aber Heilung ist keine mehr möglich“. Das ist ein Riesenunterschied. Das Ziel ist es, durch die Vorsorge den Tumor in einem frühen Stadium zu finden, wo er gut behandelbar und heilbar ist.

„Hatte

Die Brustkrebsdiagnose kam für Manuela Ruepp-Kotterer damals als 38-jährige sportliche Frau mit gesundem Lebensstil überraschend. Doch sie hatte Glück im Unglück: Sie bekam die Krebsdiagnose früh.

Von Laura Schwärzler

laura.schwaerzler@neue.at

Im Oktober taucht immer wieder an Kosmetikprodukten oder Kleidungsstücken eine rosa Schleife auf und macht auf Brustkrebs aufmerksam. Denn Brustkrebs ist die häufigste Krebserkrankung der Frauen. Damit soll auf die Wichtigkeit der Vorsorge aufmerksam gemacht werden. Keinesfalls sollten Frauen jedoch Angst vor der Erkrankung haben, beteuert die Koordinatorin der Selbsthilfegruppe für Frauen nach Krebs, Monika Jäger. Denn über 85 Prozent der Erkrankten genesen inzwischen wieder. Dafür ist jedoch eine frühe Diagnose eine ausschlaggebend.

So hatte auch Manuela Ruepp-Kotterer Glück im Unglück. Mit 38 Jahren bemerkte sie nur vier Monate nach der letzten Vorsorgeuntersuchung beim Gynäkologen „komische Schmerzen“ in der Brust, handelte sofort und suchte zur Abklärung einen Arzt auf. „Ich dachte, da stimmt etwas nicht“, erinnert sich die nun 40-Jährige zurück. Daraufhin ging alles schnell. Die Schmerzen entdeckte sie im Oktober, die Diagnose bekam sie im Advent, und Mitte Dezember 2021 begann schon die erste Chemotherapie. Damit hatte sie damals nicht gerechnet. „Ich rauche nicht, trinke nicht, mache viel Sport, und trotzdem habe ich die Brustkrebsdiagnose bekommen“, erklärt sie. Als die Dorn-