



krebsliga

Oktober 2023

aspect



WIE EINE LÖWIN

Prof. Cornelia Leo kämpft für Brustkrebsbetroffene

UNBESCHREIBLICH WEIBLICH

Drei Frauen mit Brustkrebs machen
anderen im Gespräch Mut

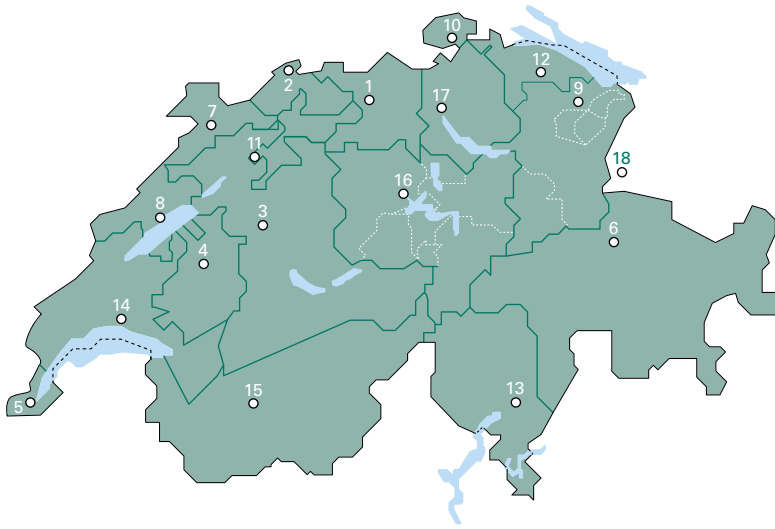
ANTRAG EINGEREICHT

Wie sich ein Familienvater für
die Kostenübernahme einsetzt

PEER-PLATTFORM

Das berührende Porträt
über Kay mit Prostatakrebs

Beratung und Unterstützung – Die Krebsliga in Ihrer Region



Wir sind immer
für Sie da!

- | | | | |
|--|--|--|--|
| <p>1 Krebsliga Aargau Telefon 062 834 75 75 krebsliga-aargau.ch IBAN: CH09 0900 0000 5001 2121 7</p> | <p>6 Krebsliga Graubünden Telefon 081 300 50 90 krebsliga-gr.ch IBAN: CH97 0900 0000 7000 1442 0</p> | <p>10 Krebsliga Schaffhausen Telefon 052 741 45 45 krebsliga-sh.ch IBAN: CH65 0900 0000 8200 3096 2</p> | <p>15 Krebsliga Wallis Telefon 027 604 35 41 krebsliga-wallis.ch IBAN: CH73 0900 0000 1900 0340 2</p> |
| <p>2 Krebsliga beider Basel Telefon 061 319 99 88 klbb.ch IBAN: CH11 0900 0000 4002 8150 6</p> | <p>7 Ligue jurassienne contre le cancer Téléphone 032 422 20 30 liguecancer-ju.ch IBAN: CH13 0900 0000 2500 7881 3</p> | <p>11 Krebsliga Solothurn Telefon 032 628 68 10 krebsliga-so.ch IBAN: CH73 0900 0000 4500 1044 7</p> | <p>16 Krebsliga Zentralschweiz LU, OW, NW, SZ, UR, ZG Telefon 041 210 25 50 krebsliga.info IBAN: CH61 0900 0000 6001 3232 5</p> |
| <p>3 Krebsliga Bern Telefon 031 313 24 24 krebsligabern.ch IBAN: CH23 0900 0000 3002 2695 4</p> | <p>8 Ligue neuchâtoise contre le cancer Téléphone 032 886 85 90 liguecancer-ne.ch IBAN: CH23 0900 0000 2000 6717 9</p> | <p>12 Krebsliga Thurgau Telefon 071 626 70 00 krebsliga-thurgau.ch IBAN: CH58 0483 5046 8950 1100 0</p> | <p>17 Krebsliga Zürich Telefon 044 388 55 00 krebsligazuerich.ch IBAN: CH77 0900 0000 8000 0868 5</p> |
| <p>4 Krebsliga Freiburg Telefon 026 426 02 90 liguecancer-fr.ch IBAN: CH49 0900 0000 1700 6131 3</p> | <p>9 Krebsliga Ostschweiz SG, AR, AI, GL Telefon 071 242 70 00 krebsliga-ostschweiz.ch IBAN: CH29 0900 0000 9001 5390 1</p> | <p>13 Lega cancro Ticino Telefono 091 820 64 20 legacancro-ti.ch IBAN: CH19 0900 0000 6500 0126 6</p> | <p>18 Krebshilfe Liechtenstein Telefon 00423 233 18 45 krebshilfe.li IBAN: LI98 0880 0000 0239 3221 1</p> |
| <p>5 Ligue genevoise contre le cancer Téléphone 022 322 13 33 lgc.ch IBAN: CH80 0900 0000 1200 0380 8</p> | | <p>14 Ligue vaudoise contre le cancer Téléphone 021 623 11 11 lvc.ch IBAN: CH89 0024 3243 4832 0501 Y</p> | |

Jetzt mit TWINT
spenden:



QR-Code mit der
TWINT-App scannen.



Betrag eingeben
und Spende bestätigen.



Herzlichen Dank
für Ihr Engagement
und Ihre Solidarität!

Starten Sie Ihre eigene Spendenkampagne
participate.krebsliga.ch

Weitere Auskünfte per Telefon: 031 389 94 84
oder über [krebsliga.ch/spenden](https://www.krebsliga.ch/spenden)



gedruckt in der
schweiz



Ihre Spende
in guten Händen.

Warum wir Pink sehen

Liebe Leserin, lieber Leser

Auch diesen Oktober verwandelt sich die Welt in ein Meer aus Pink. Ob mit einer kleinen angesteckten Schleife oder mit grossen Aktionen – die Farbe Pink ist wieder allgegenwärtig. Doch warum sehen wir plötzlich überall diese leuchtende Farbe? Es ist der Brustkrebsmonat Oktober. Eine Zeit, in der wir Aufmerksamkeit schaffen sowie unsere Solidarität zeigen.

Brustkrebs ist bei Frauen nach wie vor die häufigste Krebserkrankung. Jedes Jahr erhalten rund 6500 Frauen und etwa 50 Männer die Diagnose. Brustkrebs trifft nicht nur die Betroffenen selbst, sondern hat auch Auswirkungen auf das ganze Umfeld.

Deshalb ist der Oktober ein Monat, in dem wir das Bewusstsein für die Krankheit schärfen. Die Farbe Pink ist unser Symbol der Hoffnung, des Zusammenhalts und der Unterstützung. Sie erinnert uns daran, dass wir gemeinsam stark sind und dass niemand alleine durch diese Herausforderung gehen muss.

Die Bedeutung dieses Monats geht jedoch über die Farbe Pink hinaus. Es geht um das Hervorheben von Geschichten und das Teilen von Erfahrungen. Es geht darum, diejenigen zu ermutigen, die mit Brustkrebs konfrontiert sind, sich nicht zu verstecken, sondern ihre Geschichten zu erzählen. So wie alle Porträtierten in dieser Ausgabe. In ihren Geschichten finden wir Inspiration, Mut und die Motivation, den Kampf gegen Brustkrebs weiterzuführen.

Jede und jeder von uns kann einen Beitrag leisten, sei es durch Aufklärung, Unterstützung oder mit einer Spende, um sich für die Erforschung, Früherkennung und Behandlung von Brustkrebs einzusetzen. Also lassen Sie uns Pink sehen und gemeinsam durch den Oktober gehen!

Für Ihre Spende danke ich Ihnen von Herzen.



Daniela de la Cruz
CEO Krebsliga Schweiz

Inhalt

| | |
|---|-----------|
| Panorama | 4 |
| Männergesundheit: Was beschäftigt Sie? Experten beantworten Ihre Fragen. | |
| Aktuell | 6 |
| Participate-Aktion für die Erforschung von Prostatakrebs: Wie Studenten spielend Spenden sammeln. | |
| Neulich am Krebstelefon | 7 |
| Kann mir die Komplementärmedizin bei Brustkrebs helfen? | |
| Forschung | 8 |
| Sie kämpft wie eine Löwin: Wie sich Prof. Cornelia Leo für ihre Brustkrebspatientinnen und die Forschung einsetzt. | |
| Leben mit Krebs | 10 |
| Unbeschreiblich weiblich – trotz Brustkrebs: Drei Betroffene machen anderen Frauen Mut. | |
| Fokus | 14 |
| Antrag zur Kostenübernahme eingereicht: Wie ein Mann und Vater sich nicht nur für seine Familie einsetzt. | |
| In Kürze | 16 |
| Ganz persönlich: Francine Jordi und Jeanne Fürst verbrachten einen Tag mit den Gewin- nern unseres Botschafter-Wettbewerbs. | |
| Rätsel | 18 |
| Einen von fünf Einkaufsgutscheinen von ALDI SUISSE im Wert von je 100 Franken gewinnen! | |
| Persönlich | 19 |
| Die Diagnose Prostatakrebs stellte sein Leben auf den Kopf. Heute engagiert sich Kay für andere Krebsbetroffene. | |

Anregungen? Fragen? Feedback?



Schreiben Sie uns: aspect@krebssluga.ch

Anmeldung Webinar zu Prostatakrebs

Was beschäftigt Sie? Experten beantworten Ihre Fragen



Nach dem Brustkrebsmonat im Oktober macht der November auf die häufigste Krebsart bei Männern aufmerksam. Prostatakrebs löst viele

Fragen zur Behandlung, aber auch zu Nebenwirkungen wie Inkontinenz und Impotenz aus. Die Krebsliga führt deshalb im Rahmen der Expertin-

nen- und Expertensprechstunde des Krebsforums am 2. November 2023 um 17 Uhr ein Webinar für Betroffene und Angehörige durch.

Der Onkologe Aurelius Omlin und der Urologe Thomas Hermans beantworten Fragen zu häufigen Folgen einer Prostatakrebsbehandlung (Impotenz und Inkontinenz) und informieren über aktuelle Behandlungsmöglichkeiten.

Anschliessend können die Teilnehmenden individuelle Fragen im Online-Chat des Webinars stellen. Die Teilnahme ist kostenlos. (jbe)

Anmeldung Webinar 2. November 2023:
 ► krebssliga.ch/prostata-webinar

Ihre Fragen zu Männergesundheit und Männertumoren können Sie auch unseren Experten vom 1. November bis 18. Dezember über das Online-Formular stellen:
 ► krebsforum.ch

Das Zitat



«Ich möchte jede Frau dazu ermutigen, sich über Früherkennung Gedanken zu machen, denn sie rettet Leben!»

Früherkennung kann Krebs zwar nicht verhindern, aber je früher Tumoren erkannt werden, desto besser sind die Überlebenschancen. Deshalb macht sich TV-Moderatorin **Jeanne Fürst**, die auf SRF 1 die Sendung «GesundheitHeute» moderiert, als Botschafterin für die Krebsliga stark.

Rauchfreier Monat November 2023

Weg mit dem Glimmstängel

Warum allein mit dem Rauchen aufhören, wenn es in der Gemeinschaft besser geht?

Die ersten 30 Tage sind für Raucherinnen und Raucher die schwierigsten. Deshalb ist es wichtig, sie zu begleiten, zu beraten und sie positiv zu motivieren.

Die nationale Kampagne «Rauchfreier Monat» geht diesen November in die zweite Runde. Die 40-tägige Kampagne motiviert und begleitet Menschen individuell in ein rauchfreies Leben.

Als Partnerorganisation des rauchfreien Monats unterstützt die Krebsliga Teilnehmende mit ihrer kostenlosen telefonischen Beratungsstelle «Rauchstopplinie»; sie tut dies vor, während und nach der Kampagne im November 2023.



Wir wünschen viel Erfolg beim Rauchstopp! (chf)

► rauchfreiermonat.ch

Krebsliga spendet Bäume für Klassenzimmer im Freien

Stellen Sie sich vor, das Klassenzimmer befindet sich nicht in einem Schulgebäude, sondern unter freiem Himmel. Die Mädchen und Buben der Kindergärten und der ersten bis sechsten Klasse in Sisslen (AG) kommen seit diesem Sommer in den Genuss eines Freiluftklassenzimmers. Da der Unterricht im Freien in der Regel bei sonnigem Wetter stattfindet, stiftete die Krebsliga im Rahmen des Projekts «Schatten für Kinder und Klima» gleich mehrere

Bäume, die in Zukunft Schatten und mildere Temperaturen spenden werden. Denn neben Kleidung und Sonnencreme ist Schatten das beste Mittel, um Hautkrebs vorzubeugen. Im Sinne der Hautkrebsprävention hat sich die Krebsliga zum Ziel gesetzt, möglichst viele Schweizer Städte und Gemeinden für die Erhaltung und Schaffung von Schattenplätzen zu gewinnen, um damit eine nachhaltige Wirkung zu erzielen. (chf)

► krebssliga.ch/schatten



Erkenntnisse zum Wohl der Betroffenen



Krebstherapien können für Patientinnen und Patienten grosse Nebenwirkungen haben. Ein besseres und vertiefteres Verständnis der Krankheitsverläufe trägt dazu bei, bestehende Behandlungen zu hinterfragen und anzupassen. Im neuen Forschungsbericht der Krebsliga und der Partnerorganisation Krebsforschung Schweiz zeigen Forschende neue Erkenntnisse, welche den Betroffenen direkt zugutekommen. (jbe)

Lesen Sie mehr unter:

► krebssliga.ch/forschungsbericht

Krebs ist auch ein Armutsfaktor

Eine Krebserkrankung ist physisch und psychisch eine grosse Herausforderung. Zusätzlich können finanzielle Schwierigkeiten – zum Beispiel aufgrund einer hohen Franchise bei der Krankenkasse – den Behandlungsverlauf negativ beeinflussen.

Nach der Diagnose stehen die Krankheit und ihre Behandlung im Mittelpunkt. Oft fehlt den Betroffenen die Kraft, sich auf andere Angelegenheiten wie die finanzielle Situation

zu konzentrieren. Das Behandlungsteam muss diese Themen deshalb proaktiv, systematisch und frühzeitig angehen.

Eine Projektgruppe der Ostschweizer Fachhochschule OST entwickelte in Zusammenarbeit mit Fachpersonen der Krebsliga Schweiz, der Krebsliga Ostschweiz und zwei Spitälern einen Pflegestandard, um Patientinnen und Patienten bereits kurz nach Behandlungsbeginn im Spital nach

möglichen finanziellen Engpässen zu befragen. So können die Pflegenden Risiken frühzeitig erkennen und an die zuständigen Stellen weiterleiten. Das Instrument hat sich in der Praxis bereits bewährt. Es stösst in der Forschung und der Praxis auf grosse Resonanz. Das Thema wird zum Beispiel am Schweizer Onkologie- und Hämatologiekongress vom 22. November 2023 in Basel vertieft. (chf)

Spielend etwas Gutes tun: Mit Fussball Spenden sammeln

Engagierte Studenten und begeisterte Fussballspieler des Zuger Vereins der Uni St. Gallen sammelten über die digitale Spendenplattform Participate 1000 Franken für die Erforschung von Prostatakrebs. Ein riesiges Dankeschön den Initianten sowie den Spenderinnen und Spendern!

Interview: Simone Widler

Silvan Keiser, Sie haben mit Ihrem Fussballteam eine erfolgreiche Spendenaktion zugunsten der Krebsliga durchgeführt. Um was ging es?

Als Zuger Fussballmannschaft «SV Dauerstramm» haben wir vor der letzten Partie der Semestermeisterschaft der Universität St. Gallen (HSG) alle unsere Fans dazu aufgerufen, für die Krebsliga zu spenden. Und es hat wirklich gut geklappt: Wir konnten 1035 Franken für aussichtsreiche Forschungsprojekte zu Prostatakrebs sammeln.

Wer seid ihr?

Wir sind Männer aus Zug, die in St. Gallen studieren und leidenschaftlich gerne Fussball spielen. Wir hatten uns für die Semestermeisterschaft angemeldet und spielten einen Match pro Woche. Als Team hatten wir vor dem letzten Spiel keine Ambitionen mehr; schliesslich waren wir die Dritttletzten auf der Rangliste. Für die parallele Spendenaktion haben wir uns aber richtig ins Zeug gelegt!

Wie seid ihr auf die Idee gekommen, eine Aktion zum Thema Prostatakrebs zu initiieren?

Wir haben nach einem Teamnamen für unsere Fussballmannschaft gesucht und sind beim Witzeln auf «Dauerstramm» gekommen. Dann hatten wir die Idee, dass wir damit auf die Früherkennung von Prostatakrebs aufmerksam machen könnten. Also, wenn uns jemand fragte: «Wieso der Name Dauerstramm?», haben wir geantwortet: «Hast du schon mal daran gedacht, eine Früherkennungsuntersuchung bezüglich Prostatakrebs in Anspruch zu nehmen?» Wir wollten für das Thema sensibilisieren.

Wieso finden Sie es wichtig, Prostatakrebs zum Thema zu machen?

Aus meiner Sicht wird generell sehr wenig über Prostatakrebs oder auch über Hodenkrebs gesprochen. Brustkrebs steht viel mehr im medialen Mittelpunkt, zum Beispiel im Oktober mit der Farbe Pink. Doch wenn man die



Zuger Studenten der Universität St. Gallen sammeln mit Fussball Spenden, um auf das Thema Prostatakrebs aufmerksam zu machen.

Zahl der betroffenen Männer kennt, sollte der Prostatakrebs genauso ein Thema in der Öffentlichkeit sein wie der Brustkrebs bei Frauen.

Wie habt ihr von unserer Spendenplattform Participate erfahren?

Wir wussten, wonach wir suchten und was wir wollten: eine Online-Plattform, über die unsere Fans ihren Beitrag leisten konnten. Ich habe die Krebsliga und ihre Arbeit schon vorher gekannt. Mit Participate war die ganze Abwicklung dann sehr einfach und für alle zugänglich.

Seid ihr zufrieden mit der Aktion?

Nicht nur sehr zufrieden, sogar echt begeistert! Die ganze Mannschaft hatte grosse Freude daran, die Idee zusammen zu entwickeln und dann auf die Aktion aufmerksam zu machen. Unser anfängliches Spendenziel war 250 bis 300 Franken. Wir haben es jedoch immer wieder nach oben korrigiert, weil wir gesehen haben, dass so viele mitmachten. Das war echt beeindruckend. ●

participate.krebsliga.ch

Starten Sie Ihre eigene Online-Spendenaktion

Möchten Sie Krebsbetroffenen und ihrem Umfeld helfen? Starten Sie mit Ihrer Familie oder Ihren Freunden über die Plattform Participate eine eigene Spendenaktion. Sei es an Ihrem Geburtstag, einem Firmenanlass oder mit einer eigenen Aktion. Setzen Sie so ein Zeichen der Solidarität.

► participate.krebsliga.ch

«Kann mir die Komplementärmedizin bei Brustkrebs helfen?»

Eine Auswahl aktueller Fragen, die das Beratungsteam des Krebstelefon erreichen.

1 «Vor drei Monaten wurde meine Frau wegen Brustkrebs operiert. Der Tumor konnte vollständig entfernt werden, es sind weder Lymphknoten befallen noch Metastasen vorhanden. Trotzdem muss sie einen sogenannten Aromatase-Hemmer einnehmen. Wozu das alles, wenn doch der Tumor gar nicht mehr da ist?»

Die antihormonelle Therapie vermindert das Rückfallrisiko. Ihre Frau ist von einem hormonempfindlichen Tumor betroffen, der durch Östrogen zum Wachstum angeregt wird. Dieses Hormon wird vor der Menopause vor allem in den Eierstöcken gebildet. Danach, wenn die Eierstöcke ihre Aktivität eingestellt haben, bildet der Körper weiterhin geringe Mengen des Geschlechtshormons. Im Fettgewebe werden chemische Vorstufen mithilfe des Enzyms Aromatase zu Östrogen umgewandelt. Aromatase-Hemmer unterbinden die Umwandlung in Östrogen und schützen vor einem Rückfall.

► krebsliga.ch/antihormonell

2 «Meine Frau ist nach ihrer Chemotherapie seit zwei Wochen wieder zu Hause. Sie leidet nach wie vor unter Appetitlosigkeit und Übelkeit. Muss ich bei der Ernährung etwas beachten?»

Kochen und Essen soll in erster Linie Freude bereiten. Achten Sie auf das Genussempfinden Ihrer Partnerin. Während oder auch nach einer Krebstherapie ist der Appetit oftmals beeinträchtigt. Auch kann der Eiweiss- und Kalorienbedarf für den Zellaufbau erhöht sein.



Ihre Spende macht das Krebstelefon möglich.

Bei Übelkeit:

- Geruchsarme Nahrungsmittel wie z. B. kalte Speisen (Kompott, Eis)
- Keine oder wenig blähende Lebensmittel
- Nach dem Kochen gut durchlüften
- Trockene und stärkehaltige Lebensmittel
- Mahlzeiten auf Zeiten verteilen, in denen die Übelkeit weniger ausgeprägt ist

Bei Appetitlosigkeit:

- Verständnis zeigen, wenn sich der Appetit verändert oder die Lust am Essen ausbleibt
- Essen in Gesellschaft regt den Appetit an
- Flexibilität: keine starren Essenszeiten

3 «Ich bin an Brustkrebs erkrankt, befinde mich in Therapie und fühle mich medizinisch gut betreut. Allerdings leide ich unter verschiedenen Beschwerden und ich möchte mir gerne noch etwas Gutes tun. Kann mir die Komplementärmedizin helfen?»

Unter Komplementärmedizin werden Behandlungsverfahren verstanden, die zusätzlich zu den sogenannten «schulmedizinischen» oder konventionellen Therapien eingesetzt werden. Heute spricht man zunehmend von «integrativer Medizin», die alle geeigneten Therapieansätze vereint. Komplementärmedizinische Therapien können Krebs zwar nicht heilen, aber die Lebensqualität verbessern.


In unserer Broschüre «Komplementärmedizin bei Krebs» finden Sie weitere Informationen zum Thema. Sie erklärt, wie sich konventionelle und komplementärmedizinische Methoden unterscheiden, was die Grundversicherung der Krankenkasse übernimmt und wie Sie ein seriöses Behandlungsangebot finden können. Verschiedene Institute für komplementäre und integrative Medizin bieten Beratung bei der Wahl der geeigneten Therapie an (Adressen am Schluss der Broschüre).

- krebsliga.ch/komplementaermedizin
- krebsliga.ch/komplementaer


Krebstelefon


Haben Sie Fragen zu Krebs?
Möchten Sie über Ihre Ängste oder Erfahrungen sprechen?
Wir helfen Ihnen weiter:

 **Gratis-Telefon**
0800 11 88 11

 **E-Mail**
helpline@krebsliga.ch

 **Chat**
krebsliga.ch/cancerline

 **Skype**
krebstelefon.ch

 **Forum**
krebsforum.ch

«Ich schätze es sehr, dass die Frauen uns ihr Vertrauen schenken»

Sie begleitet, informiert und forscht: Prof. Cornelia Leo kämpft als Ärztin wie eine Löwin für ihre Brustkrebspatientinnen. Zugleich gewinnt sie als Forscherin neue Erkenntnisse zu den genetischen Risikofaktoren.

Text: Danica Gröhlich, Fotos: Fabienne Bühler

«Die Heilungsaussichten von Brustkrebs haben sich in den letzten Jahren deutlich verbessert», erklärt Prof. Cornelia Leo. Die Leiterin des Interdisziplinären Brustzentrums am Kantonsspital Baden (AG) arbeitet seit über 20 Jahren als Ärztin. In dieser Zeit habe es bedeutende Fortschritte in der Therapie gegeben: «Ich bin froh, dass wir ein kleiner Teil davon sein können, indem wir zur klinischen Forschung beitragen.» Mehr noch als die Forschung liegen ihr die langjährigen Beziehungen zu ihren Brustkrebspatientinnen am Herzen: «Ich schätze es sehr, dass die Frauen uns ihr Vertrauen schenken und wir sie durch diese herausfordernde Lebensphase begleiten können.» Dennoch bleibt es für Prof. Cornelia Leo schwierig, wenn sie einer Frau die Diagnose Brustkrebs überbringen muss: «Das ist jedes Mal eine neue Herausforderung. Das wird nie zur Normalität.» Glücklicherweise könne die überwiegende Zahl der Patientinnen inzwischen geheilt werden. «Das habe ich immer im Kopf und achte darauf, dies im ersten Gespräch mit auf den Weg zu geben.»

Viele Frauen trifft die Diagnose aus heiterem Himmel, es zieht ihnen den Boden unter den Füßen weg. Hier können auch Psychoonkologinnen zusätzliche Unterstützung bieten. Andere Frauen hingegen seien sehr gefasst, hätten es bereits geahnt. Sehr junge oder schwangere Patientinnen gehen Prof. Leo besonders nahe. «Die werdende Mutter freut sich auf ihr Baby und muss dann erfahren, dass sie Brustkrebs hat und eine Chemotherapie braucht. Solche Schicksale beschäftigen einen», erzählt sie offen. Kraft tankt die Leitende Ärztin bei ihrer eigenen Familie: «Ich habe zwei grossartige Töchter und einen Mann, der mir den Rücken stärkt. Unser Familienleben geniesse ich sehr bewusst.»

Was sind die häufigsten Sorgen?

«Tatsächlich haben die meisten vor der Chemotherapie Angst», sagt die Spezialistin. Sie wüssten nicht, wie gut sie diese verkraften werden. Schliesslich zieht sich eine

Von der Krebsliga unterstützt

Forschungsprojekt dank Spendengeldern

Woran forschen Sie?

Prof. Cornelia Leo: «Als Forschende wissen wir heute, dass genetische Faktoren eine wichtige Rolle für das Risiko einer Frau spielen, an Brustkrebs zu erkranken. Dabei sind BRCA1 und BRCA2 die wichtigsten Gene, die dem erblichen Brust- und Eierstockkrebs zugrunde liegen können. Allerdings findet man nur in 5 bis 10 Prozent aller Brustkrebsfälle einen solchen Gendefekt. In Familien, in denen keine Mutation in diesen Genen festgestellt wurde, können jedoch andere erbliche Faktoren das Risiko beeinflussen.

In unserem aktuellen Forschungsprojekt «Pro-Screen» untersuchen wir daher mit Unterstützung der Krebsliga Schweiz an verschiedenen Brustzentren, wie das komplexe Zusammenspiel genetischer, persönlicher und familiärer Faktoren das individuelle Brustkrebsrisiko beeinflusst. Wir analysieren dabei einen sogenannten Polygenen Risikoscore (PRS) aus dem Blut.

Eine bessere Vorhersage des individuellen Risikos soll es künftig ermöglichen, Frauen mit familiärer Vorbelastung eine personalisierte Brustkrebsfrüherkennung anzubieten.»

solche Therapie über Monate hin, was sehr erschöpfend sein kann. Auch mit einem möglichen Haarausfall gehe jede Frau unterschiedlich um.

Nach wie vor gilt vielen die Brust als primäres Zeichen der Weiblichkeit. «Auch da begleiten wir Patientinnen, wenn sie sich in ihrem eigenen Frausein wieder finden müssen. Bei etwa 70 Prozent der Betroffenen können wir brusterhaltend operieren. Bei den übrigen 30 Prozent ist aber eine Brustentfernung nötig.» Heute werde die betroffene Brust nach einer sogenannten Mastektomie, der Entfernung von Gewebe und Drüsen, meist wieder aufgebaut. Einigen sei das aber auch gar nicht so wichtig, weiss die Leitende Ärztin. Massgeblich sei eine einfühlsame Aufklärung, damit die Frau ihre persönliche Entscheidung treffen kann. Möchte sie anschliessend einen Brustaufbau mit Silikon, falls möglich mit eigenem Gewebe oder eine



Der Austausch untereinander ist essenziell: Prof. Cornelia Leo und ihr Team bei der Besprechung.

Prothese für den BH? Auch das Gefühl in der Brust sei nach einem Wiederaufbau nicht mehr vorhanden. «Die Frau muss sich erst wieder mit ihrer neuen Brust anfreunden. Das braucht Zeit.» Hier spiele zudem die Sexualität mit: Wie nehme ich mich wahr, wie mein Partner? Durch eine Antihormontherapie machen sich zudem hormonelle Veränderungen bemerkbar, gibt die Fachärztin zu bedenken.

Ursachenforschung und Schuldgefühle

Nach der Diagnose taucht als Erstes oft die Frage nach dem Warum auf: «Die meisten Frauen haben den Wunsch, eine konkrete Ursache zu finden.» Doch die Forscherin weiss auch, dass der Brustkrebs bei 70 bis 80 Prozent aller Frauen zufällig auftritt. Brustkrebs entsteht unter hormonellen Einflüssen, weshalb weibliche Hormone, die nun einmal jede Frau hat, zum Risiko beitragen. Auch das Alter ist ein Faktor. So tritt Brustkrebs häufiger bei Frauen über 50 Jahren auf. Meist lässt sich aber kein einzelner Faktor finden. Manche Frauen haben laut Ärztin «alles richtig» gemacht: Sie haben sich gesund ernährt, waren sportlich aktiv, haben ihr Baby gestillt – und trotzdem bekommen sie Brustkrebs. Die Frauen können also nichts dafür. Prof. Leo versucht dann, ihnen mögliche Schuldgefühle zu nehmen. Denn die Wissenschaftlerin weiss: «Brustkrebs ist leider eine häufige Erkrankung: Eine von acht Frauen erhält in ihrem Leben die Diagnose Brustkrebs. Das ist vielen gar nicht so bewusst.» ●

Was Sie für sich tun können



- Machen Sie sich mit Ihren Brüsten vertraut und achten Sie auf auffällige Veränderungen.
- Gehen Sie zu einer **ärztlichen Beratung**, wenn Sie Veränderungen spüren.
- Die wichtigste Methode zur Früherkennung von Brustkrebs bei Frauen ab 50 Jahren ist die **Mammografie**.
- Wenden Sie sich bei **Fragen und Unsicherheiten** jederzeit an das Krebstelefon oder an Ihre regionale Krebsliga.

Unbeschreiblich weiblich – trotz Brustkrebs

Drei Frauen, drei unterschiedliche Lebensgeschichten – und doch haben sie etwas gemeinsam: Alle drei erhielten die Diagnose Brustkrebs. Wie sie damit umgegangen sind, was sie zum Thema Weiblichkeit sagen und warum sie anderen Betroffenen Mut machen wollen.

Interviews: Christian Franzoso



Brigitta (Jahrgang 1963): «Ich wollte für meine Töchter da sein. Das gab mir Kraft.»

Wie haben Sie den Knoten in Ihrer Brust entdeckt?

Ich ertastete den Knoten, als ich mich nach dem Duschen mit Bodylotion einrieb. Das war vor fünf Jahren, ich war damals 54 Jahre alt.

Was haben Sie dann gemacht?

Es war ein Freitagabend, als ich den Knoten bemerkte. Das Wochenende war sehr speziell, denn ich hatte viele Fragen, Ängste und Sorgen. Am Montagmorgen habe ich umgehend einen Termin bei meiner Gynäkologin angefragt. Sie war so freundlich und hat mir einen Termin

nach meiner Arbeit, um 20 Uhr, angeboten. Als sie den Ultraschall machte, sah ich ihr an, dass etwas nicht stimmte.

Wie ist es, eine solche Diagnose zu erhalten?

Die Diagnose Krebs veränderte mein Leben von einem Tag auf den anderen. Meine beiden Töchter Ramona und Elena waren damals Halbwaisen und ich wollte nicht, dass sie auch noch ihre Mutter verlieren. Doch ich war mir bewusst, dass der Ausgang meiner Krankheit nicht allein in meiner Hand lag.

Was hat Ihnen Kraft gegeben?

Meine Spiritualität half mir, durchzuhalten. Da ich in meinem Leben schon einige schwierige Aufgaben meistern musste, habe ich gelernt, dass alles einen tieferen Sinn hat. Der eigene Körper gibt mir Hinweise, hinzuschauen, zu fragen und zu wachsen. Jede Krankheit zeigt mir, dass auf seelischer Ebene etwas nicht in Ordnung ist, oder hilft mir, mich weiterzuentwickeln. Diese Harmonie brauche ich, um den richtigen Lebensweg zu finden. Zudem wollte ich für meine Töchter da sein. Das gab mir Kraft.

Wie ist Ihre Familie damit umgegangen?

Als ich an Krebs erkrankte, befanden sich meine Töchter in einer wichtigen Lebensphase: Elena stand kurz vor der Matura, Ramona hatte gerade die Hotelfachschule in Luzern begonnen. Sie versuchten, stark zu sein, mich zu unterstützen und mir Mut zu machen. Sie glaubten daran, dass alles gut wird. Auch ihre Freundinnen unterstützten uns. Elena und ihr Freund belebten mich oft durch ihre Anwesenheit. Gemeinsam haben wir eine Patientenverfügung ausgefüllt. Es war ein schmerzhafter Prozess, aber er musste sein. Auch wenn es manchmal «nur» Kleinigkeiten waren, hat es mir sehr geholfen. Ausserdem war mein Ex-Partner immer für meine Töchter und mich da. Er begleitete mich in die Sprechstunde, als mir das Ergebnis der Biopsie mitgeteilt wurde. Ich bin Fidel sehr dankbar, dass ich meinen Töchtern das ersparen konnte.

Welche Therapie hatten Sie?

Ich bekam sechs Monate lang Chemotherapie, eine Mastektomie der rechten Brust mit Brustaufbau und anschliessend ein Jahr lang eine intravenöse Antikörpertherapie. Die Behandlungen waren sehr anstrengend. Häufig konnte ich weder essen noch trinken, weil sich meine Schleimhäute verbrannt anfühlten und ich beim Schlucken immer ein Brennen im Hals spürte. Das Essen und sogar das Wasser schmeckten wie Gift. Manchmal konnte ich gar nichts essen, obwohl ich sehr hungrig war. Einige Wochen lang ernährte ich mich nur von Griessbrei und Wasser.

Sind Ihre Haare ausgefallen?

Ja, aber ich war darauf vorbereitet und rechnete damit. Als ich schliesslich meine Haare in Büscheln auf dem Kopfkissen liegen sah, beschloss ich, sie abzurazieren. Danach trug ich abwechselnd zwei Perücken, jedoch fühlte ich mich damit nie wohl. Deswegen entschied

ich mich für Turbane, die ich farblich auf meine Kleidung abstimmen konnte. Heute bin ich sehr dankbar, dass meine Haare wieder nachgewachsen sind. Weit aus schlimmer fand ich den Verlust der Wimpern (meine Augenbrauen sind tätowiert). Daran sieht man, wie krank jemand ist.

Haben Sie sich noch weiblich gefühlt?

Ja, ich schminke mich sehr gerne und finde, dass eine Frau ihre Weiblichkeit pflegen sollte. Während der Therapie war das schwierig. Mir wurde ein Schminkkurs für Frauen mit Brustkrebs angeboten, an dem ich teilgenommen habe. Das war interessant.

Wie hat Ihre Familie reagiert?

Der Haarverlust war für mein Umfeld nebensächlich. Meine Töchter berieten mich bei der Wahl des Turbans und der Kleidung. Ihnen, meiner Mutter, ihrem Partner und einer Freundin zeigte ich mich ohne Turban. Sonst niemandem.

Wie geht es Ihnen heute?

Die Nebenwirkungen verschwanden mit der Zeit, doch leider ist die Cancer-related Fatigue mein täglicher Begleiter. Ich muss mir meine Kräfte jeden Tag gut einteilen. Inzwischen habe ich eine Ausbildung als «MyPeer» absolviert und gebe nun mein Wissen an andere Krebsbetroffene weiter und coache sie, auch als Peer bei der Krebsliga. Ich lerne immer wieder etwas von anderen Krebsbetroffenen. Wenn dich jemand in den Arm nimmt und sagt: «Du hast mir geholfen», dann ist das etwas sehr Wertvolles.

Was raten Sie anderen Frauen?

Ich bin überzeugt, dass es hilft, wenn sich Betroffene mit Menschen, die etwas Ähnliches erlebt haben, austauschen können. Wer den Weg der Spiritualität gehen will, muss dafür offen sein. Nicht alle Menschen haben einen Zugang dazu. Darüber hinaus sollte jede Frau versuchen, klare Entscheidungen zu treffen und Vorsätze zu fassen, an die sie sich während der Erkrankung halten kann. In einer neunstündigen Operation wurde mir die rechte Brust amputiert und mit körpereigenem Gewebe aus dem Oberschenkel rekonstruiert. Heute ist nur noch eine kleine Narbe zu sehen und ich kann wieder einen Bikini tragen. Während meiner Erkrankung sagte ich mir oft: «Ich bin immer noch eine Frau und bleibe es auch.» Diese Einstellung half mir sehr! ●



Claudia (Jahrgang 1971): «Eine grosse Unterstützung waren für mich die Angebote der Krebsliga.»

Wie haben Sie den Knoten entdeckt?

Es war im November 2017, ich war 47 Jahre alt. Ich stand unter der Dusche und plötzlich, als ich meine Brust abtastete, fühlte ich etwas Unbekanntes. Etwas, das dort nicht hingehörte. Einen Knoten. Mein Herz setzte für einen Moment aus, und mein Atem stockte.

Sind Sie gleich zur Ärztin/zum Arzt?

Ja, und ein paar Tage später erhielt ich die Diagnose Brustkrebs.

Welche Ängste kamen auf?

Ich durchlebte eine Achterbahn der Gefühle. Es waren die schlimmsten Gefühle, die ich je erlebt hatte. Angst machte sich breit, Todesangst. Ich war fassungslos und wusste manchmal nicht weiter. Die Diagnose zog mir den Boden unter den Füßen weg.

Was hat Ihnen Kraft gegeben?

Mein Mann und meine Mutter standen mir bei. Die Chemotherapie bekam ich dort, wo meine Mutter wohnt, also schlief ich bei ihr. Eine grosse Unterstützung waren für mich zudem das gesamte Behandlungsteam im Spital sowie die Broschüren und Angebote der Krebsliga. Ich besuchte mehrere Kurse.

Wie ist Ihre Familie, Ihr Umfeld, aber auch Ihr Arbeitgeber damit umgegangen?

Von einer Sekunde auf die andere wurde mir bewusst, dass mein Leben nicht mehr so sein würde, wie es vorher war. Aber nicht nur mein Leben, sondern auch das meiner Liebsten. Ich war wie gelähmt und merkte, dass ich mein altes Leben loslassen musste. Für meine Familie war es sehr schwer zu sehen, wie schlecht es mir ging und

dass sie nichts tun konnten. Sie fühlten sich hilflos. Der Kontakt zu meinem Arbeitgeber und meinen Kolleginnen und Kollegen war während meiner Abwesenheit sehr gut. Sie schickten mir mehrmals Glückwunschkarten. Allerdings brachen ein paar Personen aus meinem beruflichen und privaten Umfeld, mit denen ich nicht so eng befreundet war, den Kontakt zu mir ab. Ich nehme es ihnen nicht übel, denn eine Krebserkrankung ist nicht einfach zu verarbeiten. Manche Menschen sind damit überfordert. Ich sehe das gelassen.

Welche Therapie hatten Sie?

Eine Operation, 16 Zyklen Chemotherapie, 27 Bestrahlungen und ein Jahr Immuntherapie. Die Nebenwirkungen waren Übelkeit, Geschmacksverlust und sehr trockene Schleimhäute. Dadurch bildeten sich offene Stellen im Mund, die nur sehr langsam heilten. Meine Augen waren ebenfalls immer wieder extrem trocken und brannten. Ausserdem waren meine Fuss- und Fingernägel sehr brüchig und fielen fast ab. Zusätzlich war ich ständig müde und litt unter Atemnot.

Sind Ihre Haare ausgefallen?

Ja, meine Haare sind ausgefallen. Das war aber gar nicht schlimm, da ich sie immer kurz trage. Deshalb rasierte ich sie gleich zu Beginn der Chemotherapie ab. Ich war mir sicher, dass die Haare nach der Therapie wieder nachwachsen würden.

Haben Sie sich noch weiblich gefühlt?

Ja, das habe ich. In meinem Alter steht das Aussehen nicht mehr an erster Stelle.

Wie hat Ihre Familie auf den Haarausfall reagiert?

Es war nicht wichtig für sie. Es war Teil der Krankheit und der Therapie.

Wie geht es Ihnen heute?

Gut. Ich fühle mich wieder gesund und munter und bin einfach dankbar, dass ich es geschafft habe. Als begeisterte Ausdauersportlerin jogge ich und fahre regelmässig Velo. Seit diesem Jahr kann ich wieder fast so viel Sport treiben wie vor der Krankheit. Ich erreiche zwar nicht mehr die gleichen Höchstleistungen, aber das liegt vielleicht auch daran, dass ich jetzt fünf Jahre älter bin.

Was raten Sie anderen Frauen?

Jede Frau ist einzigartig und braucht individuelle Ratschläge. Das Wichtigste ist, in sich hineinzuhorchen und herauszufinden, was das Beste für einen ist. Das kann sich im Laufe der Erkrankung und der Therapie ändern. Es ist sehr hilfreich, sich verschiedene Informationen einzuholen, aber Vorsicht: Viele geben gut gemeinte Ratschläge, was bei der Fülle an Informationen problematisch sein kann. Glücklicherweise war das bei mir nicht der Fall. ●



Karin (Jahrgang 1976): «Es war mir wichtig, alles zu tun, um wieder gesund zu werden.»

Wie haben Sie den Knoten entdeckt?

Da ich schon seit einigen Jahren einen gutartigen Knoten in der rechten Brust hatte, schenkte ich den leichten Schmerzen, die an der gleichen Stelle auftraten, kaum Beachtung. Erst als sich die Haut veränderte und der Schmerz stärker wurde, merkte ich, dass etwas nicht stimmte. Zufällig hatten sich beide Knoten an fast derselben Stelle gebildet. Damals war ich 44 Jahre alt.

Sind Sie gleich zur Ärztin/zum Arzt?

Nein, ich zögerte zwei bis drei Monate. Wir befanden uns mitten in der Corona-Pandemie und zu Beginn verdrängte ich den Gedanken. Die Diagnose Brustkrebs erhielt ich schliesslich im September 2020.

Wie ist es, eine solche Diagnose zu erhalten?

Obwohl es ein Schock war, dachte ich zunächst, dass ich nach der Operation schnell wieder zur Normalität zurückkehren könnte. Bei der Entfernung des Tumors stellte sich heraus, dass ein Lymphknoten befallen war. Einen Monat später riet mir meine Ärztin zu einer Chemotherapie. Das kam völlig unerwartet und der Entscheid für die Chemo fiel mir schwer. Ich wusste nicht, was mich erwartet – das war beängstigend.

Was hat Ihnen Kraft gegeben?

Ich versuchte, positiv und zuversichtlich mit der Krankheit umzugehen. Es war mir wichtig, alles zu tun, um wieder gesund zu werden. Trotzdem sollte sich mein Leben nicht nur um den Krebs drehen. Ich wollte Dinge tun, die mir Spass machen und mir guttun. Zum Beispiel regelmässige Bewegung an der frischen Luft und leichtes Training. Dank meiner engsten Freunde und meines damaligen Partners konnte ich Hobbys wie Skifahren und Wandern weiter pflegen. Das war wichtig, um Kraft für die Therapien zu tanken.

Wie haben Ihr Umfeld und Ihr Arbeitgeber reagiert?

Die Krankheit hat mich verändert und auch meine Beziehungen beeinflusst. Einige, wie die zu meinem Partner, zerbrachen, andere gewannen an Tiefe. Mein Freundeskreis unterstützte mich sehr. Rückblickend entwickelte sich auch viel Positives. Manches war schmerzhaft, anderes befreiend. Die psychoonkologische Betreuung, die ich in Anspruch nehmen durfte, war und ist eine wichtige Stütze. Mein Arbeitgeber zeigte sich sehr flexibel.

Wie sah die Therapie aus?

Ich hatte eine Mastektomie und zwei Monate später begann ich mit der Chemotherapie. In den ersten zwei Monaten bekam ich alle zwei Wochen eine Infusion. Das war heftig. In den folgenden drei Monaten war es eine Chemotherapie pro Woche, die ich sehr gut vertrug. Zudem musste ich etwa 25 Mal zur Bestrahlung.

Welche Nebenwirkungen hatten Sie?

Meine körperliche Leistungsfähigkeit war stark eingeschränkt. Ich war schnell ausser Atem und mein Puls raste schon bei kleinen Anstrengungen. Direkt nach der Chemo war ich oft müde und hatte leichte Übelkeit. Dann taten mir Ruhe oder ein Spaziergang an der frischen Luft gut.

Sind Ihre Haare ausgefallen?

Ja, ich verlor meine Haare. Im Vorfeld wollte ich unbedingt eine Perücke. Ich fühlte mich allerdings nie ganz wohl damit und trug öfters ein Tuch oder eine Mütze.

Haben Sie sich noch weiblich gefühlt?

Für meinen Ex-Partner war der Haarverlust schlimmer als für mich; das verunsicherte mich. Ich assoziierte die Haare nicht primär mit Weiblichkeit. Ich fand die ganz kurzen Haare nach der Chemo grossartig, bekam viele Komplimente. Eine Perücke oder ein Kopftuch zu tragen, bedeutete eher, die Krankheit sichtbar zu machen. Das fand ich schwierig. Dann kam eine Phase, in der ich mein Tuch mit Stolz trug. Das war wohl ein Zeichen dafür, dass ich die Krankheit akzeptierte.

Wie geht es Ihnen heute?

Es geht mir sehr gut, aber mein Weg ist noch nicht ganz zu Ende. Ich unterziehe mich einer Antihormontherapie und die Brustrekonstruktion ist geplant. Ich bin glücklich, dass ich mein Leben ohne grosse Einschränkungen leben kann.

Was raten Sie anderen Frauen?

Ich glaube, jede Frau muss für sich selbst herausfinden, was ihr guttut. Mir hat es geholfen, die Vorstellung loszulassen, dass ich wie immer funktionieren muss. Anstatt gegen mich selbst zu kämpfen, wollte ich meine Genesung an erste Stelle setzen und geniessen, was möglich war. Das funktionierte nicht immer gleich gut. Es gibt natürlich Momente, in denen es einem nicht so gut geht. Die müssen auch ihren Platz haben. ●

«Meine Frau konnte den Weg gehen, den sie für richtig hielt»

Wegen finanzieller Engpässe auf einen präventiven Eingriff verzichten und mit der Angst eines erhöhten Krebsrisikos leben? «Das darf nicht sein!», sagt Markus Marugg. Wie sich der Ehemann und Vater nicht nur für seine Familie einsetzt, sondern auch anderen Betroffenen mit der Unterstützung der Krebsliga Schweiz helfen will, erzählt er im Gespräch.

Aufgezeichnet von Danica Grölich

«Als die Ärzte im März 2021 bei der jüngeren Schwester meiner Frau im Alter von 39 Jahren Brustkrebs diagnostizierten, war der Schock gross. Bei ihr wurde eine aggressive Krebsvariante entdeckt. Es folgten 16 Chemotherapien und schliesslich wurde das Brustdrüsengewebe, inklusive der Brustwarzen sowie zweier Lymphknoten, entfernt. Die 25 anschliessenden Bestrahlungen erschwerten den Aufbau der Brust. Für meine Schwägerin, Mutter einer zweieinhalbjährigen Tochter, war dies eine äusserst belastende Zeit. Aufgrund ihres jungen Alters empfahlen die Ärzte, eine mögliche Gen-Mutation zu prüfen: Der Test ergab die Gen-Mutation PALB2.

Daraufhin liess sich auch meine Ehefrau testen. Der Befund fiel ebenfalls positiv auf PALB2 aus. **Im Bericht und in einem persönlichen Gespräch mit den Ärzten erfuhr sie dann, dass ihr Risiko einer Brustkrebs-erkrankung bei 50 Prozent liege.** Zudem erklärten sie ihr, dass sie im Erkrankungsfall trotz jährlicher Untersuchungen und einer Früherkennung nicht um eine Chemotherapie herumkäme. Die Ärzte wie auch der Bericht des sogenannten prätherapeutischen Tumorboards, einem Fachgremium, empfahlen ihr aufgrund des erhöhten Risikos eine beidseitige risikoreduzierende Mastektomie, die Entfernung des Brustdrüsengewebes. Meine Frau war da erst 43 Jahre alt. Sie sah die frühe Erkennung der Gen-Mutation als Chance. Gleichzeitig war sie erleichtert, dass sie die Entfernung des Brustdrüsengewebes sowie die Wiederherstellung der Brüste in einem Schritt durchführen könnte.

Für die Kostenübernahme dieses präventiven chirurgischen Eingriffs wurde unsere Krankenkasse eingeschaltet. Doch der Vertrauensarzt der Krankenkasse lehnte jedes Mal die von unseren Ärzten mehrfach eingereich-

ten Anträge zur Kostengutsprache ab. Wir wurden stattdessen aufgefordert, den Nachweis der Gen-Mutation BRCA1/2 vorzuweisen. Dies war bei meiner Frau nicht möglich, weil bei ihr eine PALB2-Mutation feststand. Ich konnte nicht begreifen, dass wir für einen vorsorglichen Eingriff bei einer solchen Diagnose von der Krankenkasse nicht unterstützt werden. In der Folge habe ich mich mit den rechtlichen Bestimmungen auseinandergesetzt. Dabei habe ich erfahren, dass die von der Krankenkasse geforderte Mutation BRCA bereits häufiger diagnostiziert wird und auch wegen der Schauspielerin Angelina Jolie bekannter ist. Diese Mutation ist in der kostenpflichtigen

Kostenübernahme

Antrag eingereicht – Worum es geht

Fünf bis zehn Prozent aller Krebsbetroffenen haben eine angeborene Mutation im Erbgut, welche die Entstehung von Krebs begünstigt. Diese Personen haben ein höheres Risiko, an bestimmten Krebsarten, wie zum Beispiel Brust- und Eierstockkrebs, zu erkranken. Eine chirurgische Entfernung des entsprechenden Organs (z. B. Brustgewebe) senkt dieses Risiko fast vollständig.

Aktuell deckt die Grundversicherung aber nicht in allen Fällen die Kosten für eine solche vorsorgliche Operation. Die Kostenübernahme ist abhängig von der festgestellten Gen-Mutation. Trägerinnen einer genetischen Variante, die zwar ein stark erhöhtes Krebsrisiko hat, aber nicht auf der Liste des Bundesamtes für Gesundheit (BAG) steht, müssen die Kosten für einen präventiven Eingriff unter Umständen selbst tragen. Deshalb hat die Krebsliga Schweiz gemeinsam mit der Schweizerischen Gesellschaft für Senologie und weiteren Organisationen einen Antrag zur Revision der Krankenpflegeleistungs-Verordnung eingereicht. Damit soll sichergestellt werden, dass solche risikoreduzierenden Operationen künftig allen Frauen mit Gen-Mutationen offenstehen und dass diese vorher eine ausführliche Beratung über ihr individuelles Risiko erhalten. Auch eine Gleichbehandlung aller Versicherten soll mit dem Antrag erreicht werden. Die Antwort des BAG war bei Redaktionsschluss noch ausstehend.



«Weil die Gen-Mutation vererbt werden kann, trifft diese Diagnose eine Familie hart.» Deshalb will Markus Marugg weiterkämpfen. (Symbolbild)

Liste der Grundversicherung aufgeführt und ein präventiver Eingriff wird in diesem Fall unterstützt. Die bei meiner Frau diagnostizierte Mutation ist jedoch trotz hohem Risiko bisher nicht auf dieser Liste. Im Verlauf meiner Recherchen wurde mir bewusst, dass wir für einen präventiven Eingriff keinerlei Rechtsanspruch gegenüber der Krankenkasse stellen können und auf deren Kulanz angewiesen sind. Doch für eine Kostenübernahme sollten die Fakten der Gen-Mutation entscheidend sein – nicht deren Name. **Aus diesem Grund habe ich mich mit der Krebsliga Schweiz in Verbindung gesetzt.** Sie hat beantragt, dass solche Eingriffe auch bei weiteren Gen-Mutationen in die obligatorische Krankenpflegeversicherung aufgenommen werden (siehe Info-Box).

«BRCA ist wegen der Schauspielerin Angelina Jolie bekannter.»

Weshalb ich mich weiterhin dafür starkmache? Ich bin überzeugt, dass sich keine Frau freiwillig oder leichtfertig ihre Brüste entfernen lässt. Es handelt sich dabei um einen präventiven medizinischen Eingriff und nicht um eine Schönheitsoperation. In unserem Fall war die PALB2-

Mutation nicht weniger gefährlich als BRCA und doch standen wir zuerst ohne Unterstützung da. Meine Frau fragte mich mehrfach: «Können wir uns diesen Eingriff überhaupt leisten, wenn er durch die Krankenkasse nicht übernommen wird?» **Eine solch existenzielle Frage sollten sich Betroffene nicht stellen müssen.** Denn nicht alle Personen in der Schweiz verfügen über die nötigen finanziellen Mittel. Weil die Gen-Mutation vererbt werden kann, trifft diese Diagnose eine Familie hart. Es darf nicht sein, dass bei einer Gen-Mutation mit hohem Krebsrisiko aus finanziellen Gründen auf einen präventiven Eingriff verzichtet wird. Im Krankheitsfall werden die Krankenkassen sowie die Grundversicherung mit massiv höheren Kosten konfrontiert als bei einem präventiven Eingriff! Demzufolge sollten präventive Eingriffe bei Gen-Mutationen mit hohem Krebsrisiko im Interesse der Krankenkassen und aller versicherten Personen sein.

Inzwischen zeigte unsere Krankenkasse Verständnis: Unser Anliegen sowie die Beweggründe wurden erkannt. Unser Versicherer setzt sich für uns ein. Dies ist nicht selbstverständlich. Wir sind unserer Krankenkasse sehr dankbar dafür. Meine Frau hat den chirurgischen Eingriff gut überstanden und ist überzeugt, dass die Entfernung des Brustgewebes die richtige Entscheidung war. Auch ich bin erleichtert, dass meine Frau den Weg gehen konnte, den sie für den richtigen hielt.» ●

Gelungener Auftakt des Charity-Golfturniers

Über 33 000 Franken für den guten Zweck



Bei bestem Wetter fand am 4. Juli 2023 auf dem 18-Loch-Platz des Golf & Country Clubs Wallenried das

erste Charity-Golfturnier der Krebsliga Schweiz statt. Die 71 Golferinnen und Golfer verbrachten einen sport-

lich-vergnügten Nachmittag vor der schönen Voralpen- und Jurakulisse. Ihr Engagement brachte eine Summe von insgesamt 33 769.50 Franken zusammen. Der ehemalige Eishockey-Profi Kevin Lötscher kommentierte seine Teilnahme: «Wir können Golf spielen und unterstützen gleichzeitig etwas, das wirklich wichtig ist. Und es macht erst noch mega Spass!»

Angesichts des gelungenen Auftakts und des positiven Feedbacks der Teilnehmerinnen und Teilnehmer steht fest: Am 11. Juni 2024 wird die nächste Ausgabe des Turniers stattfinden. (frk)

► krebsliga.ch/golf

Wechsel an der Spitze der Geliko

Flavia Wasserfallen wird neue Präsidentin der Gesundheitsligen



Setzt sich für die Gesundheit ein: Flavia Wasserfallen ist neue Geliko-Präsidentin.

Die Mitgliederversammlung der Gesundheitsligen-Konferenz (Geliko), welche die Interessen von Menschen mit chronischen Krankheiten vertritt,

wählte die Berner SP-Nationalrätin zur neuen Präsidentin.

Flavia Wasserfallen wird ihr Amt im Januar 2024 antreten und Hans Stöckli ablösen. Der 71-jährige Träger der Krebsmedaille von 2022 tritt nicht mehr als Ständerat an.

Die 44-jährige Wasserfallen engagierte sich bereits stark für die Anliegen der Patientinnen und Patienten, etwa für eine fairere und transparentere Vergütung von Krebsmedikamenten durch die Krankenkassen.

Die Geliko ist der Dachverband gemeinnütziger Organisationen, die sich im Gesundheits- und Sozialwesen für die Prävention spezifischer Krankheiten einsetzen, Betroffene unterstützen oder sich allgemein für Krankheitsprävention und Gesundheitsförderung engagieren. Auch die Krebsliga Schweiz ist Mitglied der Geliko. (chf)

► geliko.ch
 ► flaviawasserfallen.ch

Gemeinsam gegen Brustkrebs

Myriad Genetics macht sich stark für bestmögliche Behandlungen

Im Brustkrebsmonat Oktober wird die Krebsliga jeweils von starken Partnern unterstützt, die mithelfen, die Empfehlungen und Dienstleistungen in der Bevölkerung möglichst breit bekannt zu machen. Eine dieser Partnerfirmen ist Myriad Genetics, ein Unternehmen, das unter anderem Genexpressionstests anbietet. Die Testergebnisse bilden die Basis für zielgerichtete Entscheidungen gemeinsam mit der Ärztin oder dem Arzt, so zum Beispiel für die Wahl einer Therapieform. Sie leisten damit einen wichtigen Beitrag, dass Patientinnen bestmöglich behandelt werden können. (alm)

Mehr zu Myriad:
 ► myriad-oncology.com

Mehr zum Brustkrebsmonat:
 ► krebsliga.ch/brustkrebs

Ganz persönlich: Francine Jordi und Jeanne Fürst



Positiv eingestellt: Francine Jordi mit dem Ehepaar Ketterer, den Gewinnern unseres Botschafter-Wettbewerbs.

Die beiden Krebsliga-Botschafterinnen, Sängerin Francine Jordi und Moderatorin Jeanne Fürst, sind nahbar, charmant und bodenständig. Sie unterstützen die Krebsliga nicht nur bei der Kommunikation zu wichtigen Krebsthemen, sondern stellen auch ihre Zeit zur Verfügung. So verbrachten beide je einen Tag mit den Gewinnern des Botschafter-Wettbewerbs, den wir im Frühjahr umsetzen durften.

Francine Jordi traf sich mit dem Ehepaar Ketterer im Berner Dählhölzli. Die drei verbrachten einen unterhaltsamen Nachmittag mit spannenden Beobachtungen und guten Gesprächen.

Ein gemeinsames Fazit: Es ist wichtig, nie die Hoffnung zu verlieren, auch wenn dies nicht immer einfach ist. Die beiden Frauen teilen nämlich eine Erfahrung, eine Brustkrebskrankung. Deswegen auch ihre gemeinsame Botschaft an alle Leserinnen und Leser: Aus einer positiven Einstellung lässt sich sehr viel Kraft schöpfen.

«GesundheitHeute»-Moderatorin Jeanne Fürst offerierte ebenfalls ein Treffen der ganz besonderen Art: Die Gewinnerin Miriam P. konnte einen ausführlichen Blick hinter die Kulissen der Gesundheits-Sendung werfen. Unzählige leuchtende Knöpfe, Kameras, Experten und Betroffene, die von ihren Erfahrungen berichten – und mittendrin eine souveräne Jeanne, die Gesundheitsthemen von Grund auf kennt und für die Krebsliga das Thema Brustkrebs-Früherkennung in den Fokus rückt. (alm)

Mehr erfahren Sie unter:
▶ krebisliga.ch/botschafter



Blick hinter die Kulissen: Moderatorin Jeanne Fürst zeigt Gewinnerin Miriam P. das TV-Studio.



Die regionalen und kantonalen Krebsligen organisieren regelmässig Kurse, Treffen, Workshops und Veranstaltungen für Krebsbetroffene und ihre Angehörigen. Diese Angebote in Ihrer Region ermöglichen es Ihnen und Ihren Liebsten, durchzuatmen, Unterstützung zu finden und sich auszutauschen. Schauen Sie vorbei, machen Sie mit und kehren Sie danach gestärkt in Ihren Alltag zurück. Wir freuen uns auf Sie!

Zu den Kursen
und Veranstaltungen:
▶ krebisliga.ch/agenda



Agenda-Highlight



Trauercafé – Trauern dürfen

Eingeladen sind alle, welche sich durch Trauer, einen Schicksalsschlag oder eine Lebenskrise belastet fühlen und über ihre Trauer sprechen, zuhören oder einfach da sein möchten. Bei Kaffee und Kuchen lernen wir uns näher kennen.

Daten:
1., 8., 15. und 22. November 2023

Ort:
Schaffhausen

Weitere Informationen unter:
▶ schaffhausen.krebisliga.ch/trauercafe

RÄTSEL

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------|---|-------------|-------------------|---------------------|----------------------------|----------------|------------------|------------------------------------|--------------------------------|--------------------|----------------------|-----------------------------|-----------------------|---------|----|--------------------------------|
| Penalty | ↘ | ↘ | schnell, schnell! | ↘ | Wühlmausart: ...ratte | poet.: Märchen | ↘ | ↘ | Teil des Beins | Philip-pinen-insel | ↘ | rumän. Währungs-einheit | ↘ | Mineral | ↘ | Salbe mit den Händen verteilen |
| Glücks-bringer | → | | | 5 | | | | | über-dachter Autoab-stellplatz | ↘ | | | 1 | | | |
| Abk.: Richt-linie | → | | Eiweiss | | Haupt-insel d. Sey-chellen | hasten, hetzen | → | 7 | | | | röm. Prophe-tin und Seherin | | anomal | | Ziegen-laut |
| Wasser-park in Pfäffikon (SZ) | → | | | 8 | | | | | Apfel-beere | | Volks-gruppe, Ethnie | ↘ | | | | |
| Unter-nehmen, Betrieb | → | | | | | 9 | inlie-gend, dazu | katalan. Architekt † 1926 (Antoni) | | | | | engl.: Biene | → | | |
| plast. Bild-werke | | ital.: hoch | | Streit, Zwist | → | | | | | 3 | ungar. Name v. Wien | frz.: weiss | | | 2 | |
| ↘ | | | | | | | | Hotel-halle | → | | | | Männer-kurz-name | | | stehen-des Ge-wässer |
| 4 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| span. Ausruf | → | | | Vor-läuferin der EU | Honig-insekt | → | | | | | | Flug-zeug-ein-weiser | → | | | |
| Treppe | → | | | | | | | schweiz. Astro-naut (Claude) | → | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Lied (engl.) | → | | | | Adlige im alten Peru | → | | | | | | | sonder-bar, schrullig | | 11 | |

Das Lösungswort

| | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|

Machen Sie mit und gewinnen Sie einen von fünf Einkaufsgutscheinen im Wert von je 100 Franken!

ALDI SUISSE darf jeden Tag das Vertrauen unzähliger Kundinnen und Kunden in allen Regionen der Schweiz geniessen. Zum Dank für das entgegengebrachte Vertrauen möchte ALDI SUISSE der Gesellschaft etwas zurückgeben. Darum unterstützt das Unternehmen mit seinem Nachhaltigkeitsengagement HEUTE FÜR MORGEN soziale Projekte und ist Partnerin von karitativen Organisationen.

Die Krebsliga wird von ALDI SUISSE im Engagement bei der Brustkrebsprävention unterstützt. Je früher Brustkrebs entdeckt wird, desto besser sind die Heilungschancen. Hauptanliegen ist es, mehr Bewusstsein für Brustkrebs zu schaffen sowie auf die Bedeutung der Früherkennung aufmerksam zu machen. Vorsorge ist wichtig.

Und nun sind Sie gefragt: Rätseln Sie mit – und gewinnen Sie mit etwas Glück einen von fünf Einkaufsgutscheinen im Wert von je 100 Franken!



So nehmen Sie teil

Online: krebisliga.ch/loesungswort – **oder mit einer Postkarte:** Senden Sie das Lösungswort, Ihren Namen und Ihre Anschrift an folgende Adresse: Krebsliga Schweiz, Effingerstrasse 40, Postfach, 3001 Bern

Einsendeschluss ist der 27. Oktober 2023. Viel Glück!

Die Gewinnerinnen und Gewinner der Juli-Ausgabe 2023, Lösungswort: SCHWINGER

Astrid Aeby-Seydoux, 1700 Fribourg – Fritz Blaser, 3292 Busswil BE – Corinne Jecklin, 3603 Thun – Hans-Peter Linder, 3604 Thun – Romilda Macquat, 2942 Alle – Frieda Meier, 5420 Ehrendingen – Sergio Mouzo, 4055 Basel – Silvio Valceschini, 1008 Prilly – Erica Villommet, 9016 St. Gallen – Thomas Witzig, 1260 Nyon

Meine Erfahrung mit Krebs

Die Diagnose Prostatakrebs stellte das Leben von Kay auf den Kopf. Obwohl der 56-Jährige viele Hiobsbotschaften erhielt, konnte er sich trotz und gerade wegen seiner Krebserkrankung weiterentwickeln. Heute engagiert sich Kay als Peer bei der Krebsliga und unterstützt andere Krebsbetroffene.

Aufgezeichnet von Christian Franzoso

1 Im November 2020 wurde bei mir Prostatakrebs diagnostiziert. Mit einem Gleason-Faktor von 10 war der Krebs bereits weit fortgeschritten. Die radikale Prostatektomie, bei der die Prostata und das angrenzende Gewebe entfernt werden, schien zunächst erfolgreich zu sein. Doch bei der Nachuntersuchung stellte sich heraus, dass der Krebs bereits metastasiert hatte. Seitdem bin ich in der palliativen Phase.

2 Für mich war es eine sehr schwierige Zeit, mit vielen Höhen und Tiefen. Die drei Jahre seit meiner Erkrankung, geprägt von immer neuen Schreckensmeldungen, verlangten mir viel ab. Der Umgang mit dem neuen Körper nach der Prostatektomie und die Nebenwirkungen der Chemo- und Hormontherapien waren eine grosse Herausforderung. Dank der psychoonkologischen Betreuung bekam ich meine Depressionen gut in den Griff und bin heute weitgehend lebensbejahend, optimistisch und positiv eingestellt.

3 Ich sehe die Krankheit auch als Gewinn, denn sie gab mir den Anstoss, mit der Veränderung



Herzlichen Dank! Als Peer unterstützt Kay andere Betroffene: «Ich möchte meine Erfahrungen gerne teilen und anderen helfen, einen positiven Umgang mit der Erkrankung zu finden.»

zu beginnen, die ich mir schon lange gewünscht hatte. Ich habe eine neue Sicht auf das Leben gewonnen und konzentriere mich auf die Dinge, die auf meiner letzten Wunschliste stehen.

4 Die Meditation, die ich jetzt täglich praktiziere, half mir, mich auf meine Gefühle einzulassen, von denen viele durch die Hormontherapie neu waren, und daraus zu lernen.

5 Nach mehreren Chemo- und Hormontherapien kam der Krebs 2022 dennoch zurück. Nach zusätzlicher Antihormontherapie ist derzeit jedoch kein Tumorwachstum mehr nachweisbar. Mein Zustand ist aber immer noch palliativ – eine Heilung gibt es nicht.

6 Bei meinem Vater wurde 2008 Prostatakrebs im fortgeschrittenen Stadium (Metastasen) diagnostiziert, an dem er 2012 verstarb. Ich pflegte ihn in seinen letzten zwei Jahren und begleitete ihn bis zum Ende. Daher kenne ich den Krankheitsverlauf und sowohl die Perspektive der Angehörigen als auch die des Betroffenen.

7 Diese Erfahrung kommt mir bei meinem Engagement als Peer bei der Krebsliga zugute. Meine Motivation ist es, mein Wissen weiterzugeben und anderen Betroffenen und Angehörigen zu helfen, einen positiven Umgang mit der Krankheit Krebs zu finden. ●

Weitere Erfahrungsberichte von Menschen mit Krebs:
[► krebisliga.ch/story](https://krebisliga.ch/story)





krebsliga

«Auch ich
mach mich
stark.
Für mehr
Früh-
erkennung.»

Dr. Jeanne Fürst
TV-Ärztin und Moderatorin

**Früherkennung rettet Leben.
Und genau dafür machen
wir uns stark.
Denn früh erkannt ist die
Behandlung oft schonender
und erfolgreicher.**

**Gemeinsam gegen Brustkrebs:
krebsliga.ch/brustkrebs**



BELDONA

**LARE
DOU
TEU**

Lubex anti-age[®]
feel unique

Myriad
genetics

Wie Sie uns unterstützen können

Die Krebsliga ist vom ersten Moment für Betroffene und Angehörige da und bietet Hand. In Form von Beratungen, Informationen, Kursen oder dem finanziellen Hilfsfonds für besonders schwierige Situationen.

Darum brauchen wir Sie: Mit Ihrer Spende können wir verstärkt die Forschung zur Entwicklung neuer, lebensrettender Therapien fördern. Ihre Unterstützung ermöglicht uns zudem, für noch mehr krebsbetroffene Menschen eine wichtige Anlaufstelle zu sein.



Jetzt spenden

Ihre Spende wird für die dringlichsten Projekte in der Prävention, Beratung und Forschung eingesetzt. Ihr Engagement zählt.

► krebsliga.ch/dringend



Starten Sie Ihre eigene Online-Spendenaktion

Verzichten Sie auf Geburtstags- oder Weihnachtsgeschenke oder sammeln Sie an einem Sponsorenlauf. Wählen Sie Ihr Projekt.

► krebsliga.ch/participate



Forschungspartner werden

Wissenschaftliche Forschung ist der wichtigste Hoffnungsträger für Betroffene. Werden Sie Forschungspartner:in.

► krebsliga.ch/forschungspartner



Mehr erfahren: Engagement für Unternehmen

Als Firma haben Sie verschiedene Möglichkeiten, langfristig und nachhaltig mit der Krebsliga zusammenzuarbeiten.

► krebsliga.ch/firmenspende

Jeder Beitrag zählt und ist sehr willkommen. Herzlichen Dank für Ihr Engagement!

Bei Fragen bin ich für Sie da!

Dana Raone vom Spendendienst

Krebsliga Schweiz:

Tel. 031 389 94 84

krebsliga.ch/spenden

IBAN: CH95 0900 0000 3000 4843 9



**Ihre Spende
in guten Händen.**