

Was Sie über Brustkrebsvorsorge wissen sollten

Was ist Brustkrebs?

Brustkrebs ist eine Krebserkrankung, die in der Brust auftritt. Sie beginnt in den Zellen, die die Milchgänge (Milchröhrchen) oder die Läppchen (Milchdrüsen) auskleiden, und ist eine der am häufigsten diagnostizierten Krebsarten in Ontario.

Was ist eine Krebsvorsorgeuntersuchung?

Eine Krebsvorsorgeuntersuchung (auf Krebs untersucht zu werden) wird bei Menschen durchgeführt, die eine Wahrscheinlichkeit haben, an Krebs zu erkranken, aber keine Symptome haben und sich im Allgemeinen wohlfühlen. Das Ontario Breast Screening Program (OBSP) ist ein provinzwieites Vorsorgeprogramm, das zum Ziel hat, durch Brustkrebs verursachten Todesfälle durch regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen zu verringern.

Potenzielle Vorteile der Brustkrebsvorsorgeuntersuchung

Regelmäßige Brustkrebsvorsorgeuntersuchungen durch eine Mammographie (eine Art Röntgenaufnahme) können Krebs frühzeitig erkennen, wenn die Behandlungsmöglichkeiten effektiver sind und die Behandlung weniger intensiv oder invasiv (einfacher durchzuführen) sein kann. Regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen verringern auch die Wahrscheinlichkeit, an Brustkrebs zu sterben.

Wer sollte sich untersuchen lassen?

Frauen, Two-Spirit-Menschen, Trans-Menschen und nichtbinäre Menschen im Alter von 40 bis 74 Jahren qualifizieren sich für das OBSP, wenn sie:

- Keine Brustkrebssymptome haben
- Keinen Brustkrebs in der Vergangenheit hatten
- Keine bilaterale Mastektomie (Operation zur Entfernung beider Brüste) hatten
- Sich innerhalb der letzten 11 Monate keiner Mammographie unterzogen haben
- Transfeminin sind und seit mindestens 5 Jahren in Folge feminisierende Hormone einnehmen

Durchschnittsrisiko im Alter von 40 bis 74 Jahren

Die meisten Personen in dieser Altersgruppe, die für das OBSP in Frage kommen, können alle 2 Jahre eine Mammographie durchführen lassen.

Wenn Sie zwischen 40 und 49 Jahre alt sind, sollten Sie eine fundierte Entscheidung treffen, ob eine Brustkrebsvorsorgeuntersuchung für Sie geeignet ist. Im Allgemeinen haben Personen in Ihrer Altersgruppe eine geringere Wahrscheinlichkeit, an Brustkrebs zu erkranken, als Personen im Alter von 50 bis 74 Jahren. Sprechen Sie mit Ihrem Hausarzt, dem medizinischen Fachpersonal oder rufen Sie Health811 an, um zu entscheiden, ob Sie an einer Vorsorgeuntersuchung teilnehmen sollten.



Ontario Health
Cancer Care Ontario

Sind Sie für das Hochrisiko-OBSP qualifiziert?

Sie können sich für das Hochrisiko-OBSP qualifizieren, wenn Sie zwischen 30 und 69 Jahre alt sind und bestimmte Genveränderungen aufweisen (z. B. *BRCA1*, *BRCA2*), eine höhere Wahrscheinlichkeit, an Brustkrebs zu erkranken, basierend auf Ihrer familiären oder persönlichen Krankengeschichte, oder eine Strahlentherapie des Brustkorbs erhalten haben.

Weitere Informationen erhalten Sie von Ihrem Hausarzt oder dem medizinischen Fachpersonal, oder besuchen Sie die Website von [Ontario Health \(Cancer Care Ontario\)](https://ontariohealth.ca/cancer-care-ontario).

Bitte denken Sie daran: Wenden Sie sich an Ihren Hausarzt oder das medizinische Fachpersonal, wenn Sie Veränderungen in Ihren Brüsten, wie z. B. einen Knoten oder eine Rötung, die nicht abklingt, oder Veränderungen an Ihrer Brustwarze, bemerken. Auch die Auswirkungen von Schwangerschaft oder Stillzeit können die Symptome von Brustkrebs verbergen oder dazu führen, dass sie übersehen werden, sodass es wichtig ist, sich dessen bewusst zu sein. Veränderungen an der Brust werden nicht immer durch Krebs verursacht, sollten aber sofort überprüft werden.

Wie kann ich eine Mammographie durchführen lassen?

Wenden Sie sich an einen OBSP-rt, um eine Mammographie durchführen zu lassen. Rufen Sie die Telefonnummer 1.800.668.9304 an oder besuchen Sie ontariohealth.ca/breastscreeninglocations, um einen Untersuchungsort zu finden.

Mammographien sind sicher, kostenlos und können auch ohne die Verordnung eines Hausarztes oder von medizinischem Fachpersonal durchgeführt werden.

Wie läuft eine Mammographie ab?

Eine Mammographie ist ein Test, bei dem Röntgenbilder verwendet werden, um Bilder (Mammographien) des Brustgewebes zu erstellen.

- Ein medizinischer Strahlentechniker (eine Person, die in der Anwendung von Mammographien geschult ist) legt jeweils eine Brust auf das Mammographiegerät.
- Eine Kunststoffplatte bewegt sich langsam nach unten, um das Brustgewebe zu drücken und an Ort und Stelle zu halten. Es wird für ein paar Sekunden etwas Druck entstehen, der das Gewebe aber nicht schädigt.
- Mammographie-Termine dauern in der Regel etwa 15 Minuten.

Was geschieht nach einer Mammografie?

Wenn Sie ein normales Ergebnis haben, erhalten Sie einen Brief in der Post. In diesem Brief erfahren Sie auch, wann Sie sich erneut untersuchen lassen sollten.

Wenn Sie ein abnormales Ergebnis haben, bedeutet dies nicht unbedingt, dass Sie Brustkrebs haben, aber es bedeutet, dass Sie mehr Tests benötigen. Ihr OBSP-Untersuchungsort wird Ihren Hausarzt oder das medizinische Fachpersonal informieren und Ihnen möglicherweise dabei helfen, einen Termin für weitere Tests zu vereinbaren. Wenn Sie keinen Hausarzt oder medizinisches Fachpersonal haben, werden Sie mit einem verbunden, um Ihnen bei Ihren nächsten Schritten zu helfen.



Ontario Health
Cancer Care Ontario

Eine Mammographie ist kein perfekter Test

Wenn Sie keinen Krebs haben, können Sie ein abnormales Ergebnis erhalten, was als falsch-positiv bezeichnet wird. Falsch-positive Ergebnisse können zu unnötigen Tests führen, wie z. B. einer Biopsie (Entnahme einer kleinen Gewebeprobe).

Eine Mammographie kann eine Krebserkrankung übersehen, die als falsch-negativ bezeichnet wird. Falsch-negative Ergebnisse können zu einer verzögerten Behandlung führen.

Eine Mammographie kann auch eine Krebserkrankung finden, die sonst keine Gesundheitsprobleme verursachen würde, was als Überdiagnose bezeichnet wird. Eine Überdiagnose kann zu einer unnötigen Operation oder Behandlung führen.

Wie kann ich die Wahrscheinlichkeit, an Brustkrebs zu erkranken, verringern?

Einige Risikofaktoren (Dinge, die die Wahrscheinlichkeit einer Erkrankung erhöhen) können nicht geändert werden, wie Alter, Größe, genetisches Make-up, hohe Brustdichte und Hormonveränderungen im Laufe des Lebens (z. B. eine frühere Periode oder eine spätere Menopause). Aber hier sind 4 Dinge, die Sie tun können, um Ihre Wahrscheinlichkeit, an Brustkrebs zu erkranken, zu verringern:

- Vermeiden Sie oder trinken Sie weniger Alkohol
- Hören Sie mit dem Rauchen auf oder bleiben Sie Nichtraucher
- Seien Sie während des Alltags körperlich aktiv
- Vermeiden Sie eine Gewichtszunahme im Erwachsenenalter

Weitere Informationen zur Brustkrebsvorsorge finden Sie unter ontariohealth.ca/breast



Benötigen Sie diese Informationen in einem barrierefreien Format?
1-877-280-8538, TTY 1-800-855-0511, info@ontariohealth.ca.



Ontario Health
Cancer Care Ontario