



(donna)

Brustkrebs-Früherkennung für Frauen ab 50

Mammografie-Screening-Programm St.Gallen



Weshalb es sich lohnt mitzumachen.

«Ich kenne mich – Ich kenne meinen Körper.
Weil ich informiert bin, kann ich mir besser Sorge tragen.
Ich setze auf Gesundheitsvorsorge und Früherkennung.
Mitmachen ist mein Entscheid.»

Liebe Frauen

Mit dieser Informationsbroschüre darf ich Ihnen das Programm «donna» Brustkrebs-Früherkennung ab 50 vorstellen. Durch Mammografie-Screening kann ein Tumor im Frühstadium entdeckt werden, lange bevor er tastbar ist. Das ermöglicht grundsätzlich eine weniger belastende Behandlung und bessere Heilungschancen. Brustkrebs ist bei Frauen unter 70 Jahren die häufigste Krebserkrankung. Deshalb nimmt das Programm «donna» einen wichtigen Platz in der Gesundheitsvorsorge in unserem Kanton ein. St.Gallen ist der erste Kanton in der Deutschschweiz, welcher im Rahmen des nationalen Projektes zur Früherkennung von Brustkrebs ein qualitätskontrolliertes Mammografie-Screening-Programm anbietet.

Der Kanton St.Gallen hat die Krebsliga St.Gallen-Appenzell beauftragt, das Mammografie-Screening mit hohen Qualitätsansprüchen zu organisieren und nach den neusten Erkenntnissen umzusetzen. In dieser Broschüre finden Sie wichtige Informationen dazu. Bitte zögern Sie nicht, sich bei Fragen an das Team von «donna», an Ihre Vertrauensärztin oder Ihren Vertrauensarzt zu wenden.

Informiert sein heisst, sich besser Sorge tragen zu können. Mit einem bewussten «Ich mache mit» haben Sie die Chance dazu. Ich danke Ihnen für Ihre Offenheit und Ihr Interesse.



Heidi Hanselmann
Regierungsrätin

- 3 Vorwort
- 4 Mammografie-Screening
- 6 Fakten
- 8 Ablauf Mammografie-Screening
- 10 Fragensammlung
- 13 Wirkung und Grenzen
- 14 Weitere Informationen

Was Sie von «donna» erwarten können.

Der Name «donna» steht für das qualitätskontrollierte Brustkrebs-Früherkennungsprogramm für Frauen zwischen 50 und 69 Jahren, die im Kanton St.Gallen leben. Alle zwei Jahre werden die Frauen dieser Altersgruppe zu einer freiwilligen Röntgenaufnahme der Brust (Mammografie) eingeladen. Qualitätskontrollierte Mammografie-Screening-Programme werden seit Jahren in der Romandie und zahlreichen europäischen Ländern durchgeführt.

Durch diese systematische und regelmässige Röntgenuntersuchung (Mammografie-Screening) kann die Brustkrebssterblichkeit bis zu 25% gesenkt werden. Die Mammografie kann Veränderungen in der Brust sichtbar machen, lange bevor diese tastbar sind.

In Mammografie-Screening-Programmen wird der Qualität höchste Aufmerksamkeit geschenkt. So absolvieren beispielsweise die Fachpersonen eine Zusatzausbildung und die Röntgenbilder werden immer von zwei erfahrenen Fachärztinnen oder Fachärzten unabhängig voneinander beurteilt.

Die Mammografie im Rahmen von «donna» ist eine Pflichtleistung der Grundversicherung, welche von der Franchise befreit ist. Die Teilnehmerinnen müssen lediglich den Selbstbehalt von 10% (ca. CHF 20.00) übernehmen.



Es geht darum, Veränderungen in der Brust so früh wie möglich zu entdecken.



Durch Brustkrebs-Früherkennung sind die Behandlungen oft weniger belastend und die Heilungschancen höher.

Was Sie über Brustkrebs wissen sollten.

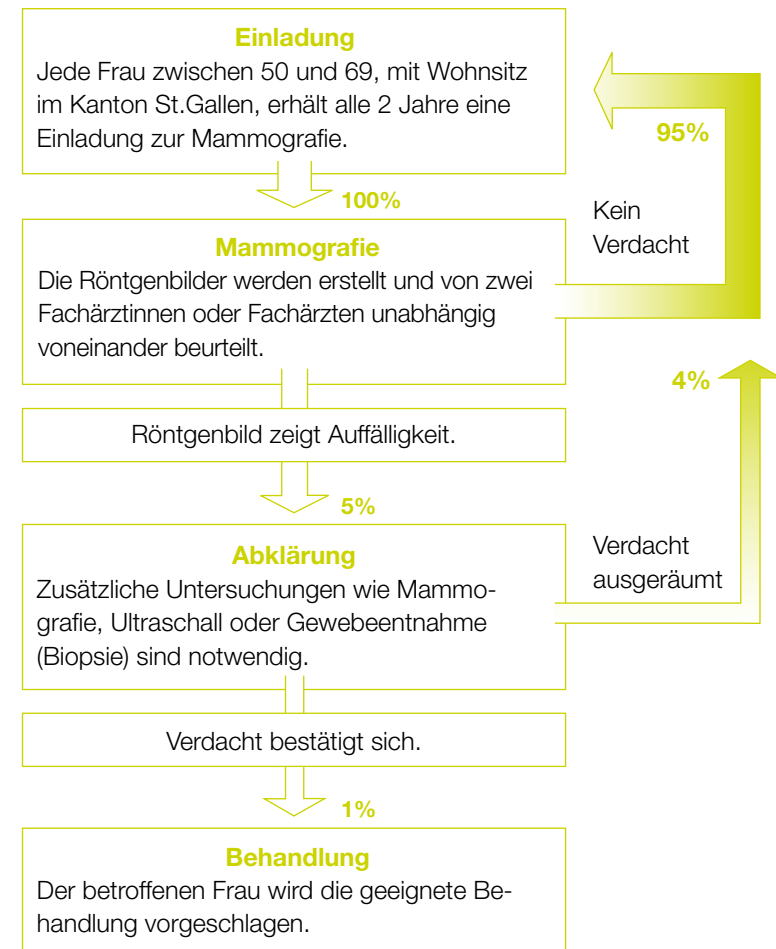
Im Kanton St.Gallen leben ca. 55'000 Frauen im Alter zwischen 50 und 69 Jahren. Neuste Daten aus dem Krebsregister St.Gallen-Appenzell zeigen, dass in dieser Altersgruppe in unserer Region durchschnittlich 130 Frauen pro Jahr an Brustkrebs erkranken. Brustkrebs ist bei unter 70-jährigen Frauen auch im Kanton St.Gallen die häufigste Krebserkrankung und Todesursache. Ein qualitätskontrolliertes Brustkrebs-Früherkennungsprogramm ist deshalb wichtig, damit kleinste Tumore so früh wie möglich entdeckt und behandelt werden können.

Trotz «donna» bleibt aber die regelmässige Kontrolle bei der Frauenärztin oder beim Frauenarzt eine empfehlenswerte Vorsorgemassnahme sowie die monatliche Selbstuntersuchung der Brust eine sinnvolle Methode, um Veränderungen wahrzunehmen.

Wie das Mammografie-Screening abläuft.

1. Die Frauen im Kanton St.Gallen zwischen 50 und 69 Jahren erhalten alle zwei Jahre ein Einladungsschreiben mit einem Terminvorschlag zur Erstellung einer Mammografie. Die Teilnahme ist freiwillig.
2. In zertifizierten Röntgeninstituten werden die Mammografie-Aufnahmen von spezialisierten Röntgenassistentinnen oder Röntgenassistenten durchgeführt. Die Untersuchung dauert ca. 20-30 Minuten. Zu diesem Zeitpunkt findet keine Arztkonsultation statt.
3. Anschliessend werden die Röntgenbilder der Brust von zwei speziell qualifizierten Fachärztinnen oder Fachärzten unabhängig voneinander beurteilt.
4. Das Ergebnis wird der Teilnehmerin innerhalb von 8 Arbeitstagen schriftlich mitgeteilt. Bei ca. 95% aller Frauen werden keine Auffälligkeiten festgestellt. Die nächste Einladung zum Mammografie-Screening erfolgt in 2 Jahren.
5. Bei ca. 5 von 100 Teilnehmerinnen werden Auffälligkeiten in der Brust festgestellt. Diese Frauen werden zu einer Abklärung mit ergänzenden Untersuchungen wie zusätzlicher Mammografie, Ultraschall oder Gewebeentnahme (Biopsie) eingeladen.
6. Mit den Frauen, welche zur weiteren Abklärung eingeladen werden, wird individuell besprochen, in welcher Form (schriftlich oder mündlich) sie über das Ergebnis informiert werden möchten.
7. Die spezifischen Untersuchungen zur Abklärung eines Verdachtes ergeben für die meisten Frauen die Bestätigung, dass sie nicht von Brustkrebs betroffen sind. Diese Frauen erhalten das Ergebnis innerhalb von 5 Arbeitstagen mitgeteilt und werden nach zwei Jahren erneut zur Teilnahme bei «donna» eingeladen. Bei ca. 1% der Teilnehmerinnen wird ein Brustkrebs diagnostiziert.
8. Den betroffenen Frauen wird ein persönliches Gespräch mit einer Fachärztin oder einem Facharzt angeboten, an welchem die Diagnose sowie die individuellen Therapieempfehlungen gemeinsam besprochen werden. Eine psychosoziale Begleitung wird angeboten.

Was Schritt für Schritt passiert.





Auch die Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfiehlt die Teilnahme.

Welche Fragen werden häufig gestellt?

Warum erst für Frauen ab 50 Jahren? 8 von 10 Frauen, die an Brustkrebs erkranken, sind über 50 Jahre alt. Zudem ist die Mammografie bei Frauen unter 50 Jahren aufgrund des häufig dichteren Brustdrüsengewebes weniger aussagekräftig.

Muss ich für die Mammografie-Untersuchung etwas bezahlen? Die Mammografie im Rahmen von «donna» ist eine Pflichtleistung der Grundversicherung, welche von der Franchise befreit ist. Sie müssen lediglich den Selbstbehalt von 10 % (ca. CHF 20.00) übernehmen.

Ist eine Mammografie schmerzhaft? Um eine gute Qualität der Bilder zu erhalten und die Strahlendosis so gering wie möglich zu halten, ist es erforderlich, etwas Druck auf die Brust auszuüben. Die Untersuchung kann deshalb als unangenehm empfunden werden.

Sind die Röntgenstrahlen für mich belastend? Die Strahlenbelastung ist sehr gering. Die Röntgengeräte, die bei «donna» eingesetzt werden, entsprechen dem neusten technischen Stand und unterliegen einer kontinuierlichen Überwachung.

Wie bereite ich mich auf die Mammografie-Untersuchung vor?

- Bringen Sie allfällige frühere Röntgenaufnahmen Ihrer Brust und den ausgefüllten Gesundheitsfragebogen, welchen Sie mit der Einladung erhalten, zur Untersuchung mit.
- Tragen Sie weder auf den Brüsten noch unter den Achselhöhlen Deodorant, Puder, Bodylotion oder Parfüm auf, um die Röntgenaufnahme nicht zu beeinträchtigen.

Bei mir wurde vor kurzem eine Mammografie gemacht, ab wann kann ich teilnehmen? Liegt Ihre letzte Mammografie weniger als 12 Monate zurück, rufen Sie uns bitte an, wir laden Sie gerne nach der Mindestwartezeit von 12 Monaten wieder ein.

Welche Fragen werden häufig gestellt?

Was ist, wenn ich familiär vorbelastet bin? Wenn Ihre Mutter, Tochter oder Schwester vor dem 50. Lebensjahr an Brustkrebs erkrankt sind, sind Sie einem höheren Risiko ausgesetzt und eine individuelle Vorsorge ist zu empfehlen. Wir bitten Sie, sich mit der Ärztin oder dem Arzt Ihres Vertrauens zu beraten.

Was ist, wenn ich bereits von Brustkrebs betroffen bin? Wenn Sie derzeit aufgrund Ihrer Brustkrebserkrankung in einer Behandlung sind, ist eine Teilnahme am Programm nicht sinnvoll. Wir bitten Sie, sich mit der behandelnden Ärztin oder dem behandelnden Arzt zu beraten.

Wie lange dauert es, bis ich das Ergebnis bekomme? Das Ergebnis erhalten Sie und die Ärztin oder der Arzt Ihres Vertrauens innert 8 Arbeitstagen schriftlich mitgeteilt. Diese Zeit wird benötigt, um Ihre Bilder sorgfältig von zwei Radiologinnen oder Radiologen unabhängig voneinander zu beurteilen. Wenn der Befund der Expertinnen oder Experten nicht eindeutig ist, wird eine dritte Fachperson beigezogen.

Wie geht es weiter, wenn alles in Ordnung ist? Bis zu Ihrem 70. Lebensjahr werden Sie regelmässig alle 2 Jahre zu «donna» eingeladen. Danach erhalten Sie keine Einladung mehr, dürfen aber weiterhin am Programm teilnehmen. Bei Interesse nehmen Sie bitte mit uns Kontakt auf.

Wie geht es weiter, wenn ein Verdacht besteht? Sie werden zur weiteren Abklärung durch eine Fachärztin oder einen Facharzt eingeladen. Das Ergebnis wird Ihnen und der Ärztin oder dem Arzt Ihres Vertrauens schriftlich und/oder persönlich mitgeteilt, je nach Ihrem Wunsch.

Was passiert, wenn Brustkrebs diagnostiziert wird? Die betroffenen Frauen und die Ärztin oder der Arzt Ihres Vertrauens werden zusätzlich zur schriftlichen Befundmitteilung zu einem persönlichen Gespräch mit einer Fachärztin oder einem Facharzt eingeladen, an welchem der Befund sowie die individuellen Therapieempfehlungen besprochen werden. Eine psychosoziale Begleitung wird angeboten.

Fakten zum Mammografie-Screening.

Was kann Mammografie-Screening bewirken?

- Die Mammografie kann Tumore von deutlich weniger als 1 cm Durchmesser entdecken, was durch abtasten nicht möglich ist.
- Bei der Entdeckung solch kleiner Tumore liegt die Heilungschance bei 95%. Bei der anschliessenden Therapie kann die Brust meistens erhalten bleiben und Chemotherapie oder Bestrahlung sind weniger belastend.
- Qualitätskontrolliertes Mammografie-Screening senkt die Brustkrebssterblichkeit um bis zu 25%.
- In organisierten Mammografie-Screening-Programmen wird hinsichtlich Technik, Fachkompetenz und Zusammenarbeit der Fachärzte eine hohe Qualität sichergestellt.
- Die Mammografie kann eine Veränderung der Brust aufzeigen, die sich nach weiteren Untersuchungen auch als harmlos herausstellen kann. Diese Ungewissheit vor der definitiven Befundmitteilung kann die Frau psychisch belasten (falsch-positiver Befund). Dank der Doppelbefundung und der Qualitätssicherung in organisierten Programmen kann dieser Anteil jedoch reduziert werden.
- Wie alle anderen ärztlichen Untersuchungen kann die Mammografie Angst hervorrufen, insbesondere vor Bekanntgabe des Resultats.

Wo liegen die Grenzen des Mammografie-Screenings?

- Sehr selten kann ein Brustkrebs bei einer Mammografie übersehen werden (falsch-negativer Befund).
- Brustkrebs kann auch während der Zeitspanne zwischen zwei Früherkennungs-Mammografien (24 Monate) entstehen.
- Es ist möglich, dass Tumore, die durch das Mammografie-Screening entdeckt wurden, sich auch ohne Behandlung nicht lebensbedrohlich entwickeln würden. Betroffene Frauen könnten dann unnötig therapiert werden.
- Die Mammografie ermöglicht das frühzeitige Aufspüren eines Tumors, kann aber die Entstehung von Krebs nicht verhindern.

Was St.Gallerinnen über <donna> sagen.

«Ich mache mit, weil bei <donna> zwei erfahrene Ärztinnen oder Ärzte unabhängig voneinander mein Röntgenbild beurteilen und ich mich auf deren Auswertung verlassen kann».

«Ich mache mit, weil ich damit eigenverantwortlich einen Beitrag an meine Gesundheitsvorsorge leiste».

«Ich mache mit, weil ich es höchste Zeit finde, dass es <donna> in der Ostschweiz gibt. Endlich wird ein Brustkrebs-Früherkennungsprogramm angeboten, das für alle Frauen leicht zugänglich ist».

Wo Sie weitere Informationen erhalten.

Nützliche Adressen

<donna> Brustkrebs-Früherkennung
für Frauen ab 50, www.donna-sg.ch,
Gratis-Hotline 0800 100 888

<Schweizerischer Verband der
Brustkrebs-Früherkennungsprogramme>
www.brust-screening.ch

<Krebsliga St.Gallen-Appenzell>
www.krebsliga-sg.ch,
Tel. +41 (0)71 242 70 00

<Europa Donna Schweiz>
Regionalgruppe Ostschweiz
www.europadonna.ch



Es gibt viele gute Gründe bei
<donna> mitzumachen.

Brustkrebs-Früherkennung für Frauen ab 50



Gratis-Hotline 0800 100 888

Unter dieser Nummer können Sie einen Termin für die Teilnahme am Programm «donna» vereinbaren. Wir freuen uns auf Ihren Anruf und sind gerne für Sie da.

📍 Ein Programm der Krebsliga St.Gallen-Appenzell