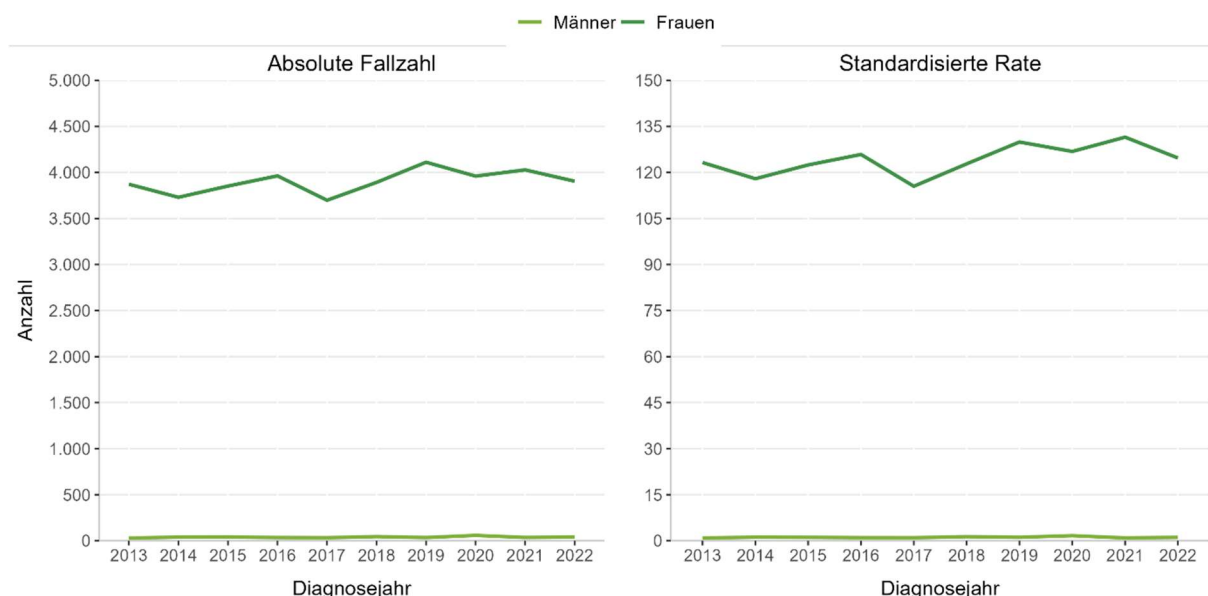


## Oktober ist Brustkrebsmonat: Aktuelle Zahlen, Fakten und regionale Versorgung in Sachsen

Der Oktober ist weltweit als Brustkrebsmonat bekannt, in dem gezielt auf die Bedeutung von Vorsorge, Früherkennung und Forschung rund um Brustkrebs hingewiesen wird. Es bietet sich somit eine wertvolle Gelegenheit, das Bewusstsein für diese Krebserkrankung zu schärfen und zu betonen, wie wichtig Vorsorgeuntersuchungen und frühzeitige Diagnosen für eine erfolgreiche Behandlung sind.

In Deutschland stellt Brustkrebs die häufigste Krebserkrankung bei Frauen dar. Die Deutsche Krebshilfe schreibt auf Ihrer Internetseite, dass jedes Jahr in Deutschland nach Schätzungen des Robert Koch-Instituts Berlin etwa 70.550 Frauen und 740 Männer neu daran erkranken.

Die Situation in Sachsen spiegelt die nationale Lage wider: Jährlich werden tausende Frauen mit Brustkrebs diagnostiziert, was die Bedeutung von Aufklärung und Vorsorge unterstreicht. Allein im Jahr 2022 waren 4.018 Frauen und 34 Männer betroffen. Dies entspricht einer altersstandardisierten Erkrankungsrate von 131 Frauen bzw. einem Mann auf 100.000 Einwohner (Abb. 1).



**Abb. 1:** Absolute Fallzahl und altersstandardisierte Erkrankungsrate der erfassten Neuerkrankungen an Brustkrebs (C50, D05) im Freistaat Sachsen in den Diagnosejahren 2013 bis 2022.

In Sachsen gibt es zahlreiche Anlaufstellen, die sich auf die Diagnose und Behandlung von Brustkrebs spezialisiert haben. Diese spezialisierten Einrichtungen – auch Brustzentren genannt – bieten nicht nur moderne Diagnosemethoden wie Mammographie, Ultraschall und Biopsie an, sondern auch eine interdisziplinäre Behandlung durch Experten aus verschiedenen Bereichen. Sachsen verfügt über mehrere solcher zertifizierte Brustzentren, die Frauen eine umfassende Betreuung bieten.

### **Was ist Brustkrebs?**

Brustkrebs, medizinisch als Mammakarzinom bezeichnet, entsteht, wenn sich Zellen im Brustgewebe unkontrolliert vermehren und Tumore bilden. Diese Tumore können gutartig oder bösartig sein. Gutartige Tumore wachsen langsamer und verdrängen umliegendes Gewebe, während bösartige Tumore oft schnell wachsen, in benachbartes Gewebe eindringen und Metastasen bilden können.

Brustkrebs entwickelt sich häufig in den Drüsen für die Milchproduktion oder in den Milchgängen, die die Milch zur Brustwarze transportieren. Es gibt verschiedene Arten von Brustkrebs, je nachdem, welche Gewebestruktur betroffen ist. Der häufigste Typ ist das sogenannte duktale Karzinom, das in den Milchgängen beginnt.

Obwohl Brustkrebs meist Frauen betrifft, können auch Männer daran erkranken, wengleich dies seltener vorkommt (Abb. 1). Zu den häufigsten Symptomen gehören Knoten in der Brust, Veränderungen der Brustwarze oder der Haut sowie Schwellungen im Brust- oder Achselbereich.

### **Ursachen und Risikofaktoren von Brustkrebs**

Die genauen Ursachen von Brustkrebs sind, wie bei vielen Krebsarten, bisher nicht vollständig geklärt. Dennoch gibt es zahlreiche Faktoren, die das Risiko erhöhen können, an Brustkrebs zu erkranken. Einige dieser Faktoren können durch einen gesunden Lebensstil beeinflusst werden, während andere unveränderbar sind.

Zu den **veränderbaren Risikofaktoren** zählen unter anderem:

- **Übergewicht:** Besonders nach den Wechseljahren kann Übergewicht das Risiko für Brustkrebs erhöhen.
- **Bewegungsmangel:** Ein aktiver Lebensstil reduziert das Brustkrebsrisiko.
- **Typ-II-Diabetes:** Diese Stoffwechselerkrankung ist eng mit Übergewicht und Bewegungsmangel verbunden und stellt ein erhöhtes Risiko dar.
- **Ungesunde Ernährung:** Besonders fettreiche und unausgewogene Ernährung trägt zur Entstehung von Krebs bei.
- **Schädliche Genussmittel:** Der Konsum von Alkohol und Nikotin kann das Risiko für Brustkrebs deutlich steigern.
- **Hormonersatztherapie nach den Wechseljahren:** Eine langfristige Einnahme von Hormonen zur Linderung der Wechseljahresbeschwerden kann das Risiko ebenfalls erhöhen.

Es gibt jedoch auch **unveränderbare Risikofaktoren**, die genetisch oder biologisch bedingt sind:

- **Genetische Veranlagung:** Mutationen in bestimmten Genen können das Risiko für Brustkrebs erheblich steigern. Frauen und Männer mit mehreren Brust- oder Eierstockkrebsfällen in der Familie sollten sich diesbezüglich beraten lassen.
- **Dichtes Brustgewebe:** Frauen mit weniger Fett- und mehr Drüsen- und Bindegewebe in der Brust haben ein erhöhtes Risiko, an Brustkrebs zu erkranken.
- **Bestrahlung des Brustkorbs:** Frauen, die in ihrer Kindheit wegen anderer Erkrankungen wie Lymphomen im Brustbereich bestrahlt wurden, sind Verlauf ihres Lebens öfter betroffen.

Interessanterweise gibt es auch **Faktoren, die das Brustkrebsrisiko senken**. Frauen, die mehrere Schwangerschaften hatten und über längere Zeit stillten, haben ein geringeres Risiko. Je jünger eine Frau bei ihrer ersten Schwangerschaft ist, desto größer ist der Schutz. Auch das Alter, in dem die Menstruation (Menarche) einsetzt und die Wechseljahre beginnen, spielt eine Rolle: Je kürzer die fruchtbare Lebensphase, desto geringer das Brustkrebsrisiko.

### **Vorsorgemaßnahmen**

Die Selbstuntersuchung der Brust ist eine einfache, aber äußerst wirkungsvolle Methode zur Früherkennung von Brustkrebs. Frauen jeden Alters sollten lernen, ihre Brust regelmäßig einmal im Monat abzutasten. Der ideale Zeitpunkt dafür ist etwa eine Woche nach Beginn der Menstruation, wenn das Brustgewebe weicher ist und eventuelle Veränderungen leichter zu ertasten sind. Nach den Wechseljahren sollte die Selbstuntersuchung ebenfalls monatlich durchgeführt werden.

### **Wie funktioniert die Selbstuntersuchung?**

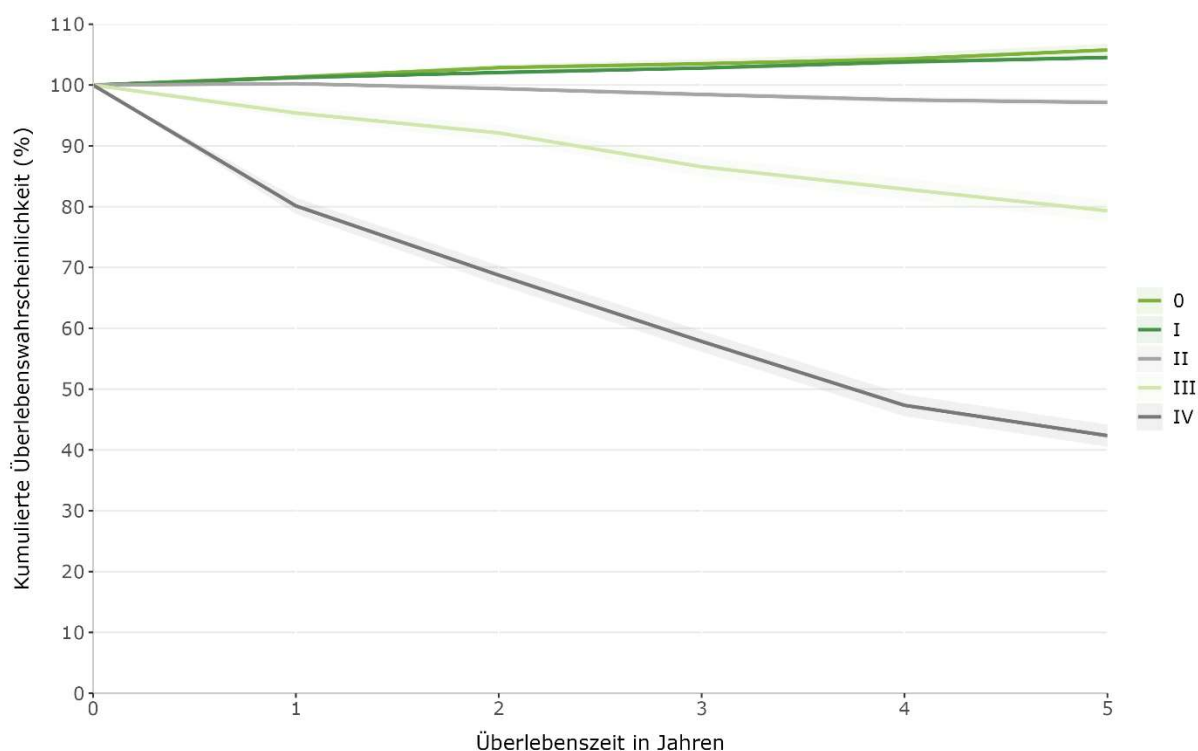
1. **Visuelle Untersuchung:** Stellen Sie sich mit entblößtem Oberkörper vor einen Spiegel und betrachten Sie Ihre Brust auf Auffälligkeiten wie Hautveränderungen, Dellen oder Asymmetrien.
2. **Abtasten:** Führen Sie die Untersuchung systematisch mit der flachen Hand durch. Beginnen Sie am äußeren Rand der Brust und tasten Sie spiralförmig zur Mitte hin. Üben Sie dabei leichten Druck aus, um tiefere Gewebeschichten zu ertasten. Beziehen Sie auch den Bereich Richtung Schlüsselbein und Achselhöhle mit ein. Wiederholen Sie das Abtasten der Brust auch in liegender Position. Dadurch verteilt sich das Brustgewebe anders, und eventuelle Knoten können leichter ertastet werden.

Die Selbstuntersuchung ersetzt nicht den Besuch beim Arzt, ist jedoch eine wertvolle Ergänzung zur Früherkennung.

Neben der Selbstuntersuchung spielt die Mammographie eine zentrale Rolle in der Früherkennung von Brustkrebs. Frauen zwischen 50 und 75 Jahren haben in Sachsen alle zwei Jahre Anspruch auf eine Mammographie im Rahmen des Mammographie-Screening-Programms.

Moderne Diagnosemethoden wie die Ultraschalluntersuchung und die Magnetresonanztomographie (MRT) ergänzen die Mammographie und bieten zusätzliche Sicherheit bei unklaren Befunden. Durch die rechtzeitige Diagnose und die interdisziplinäre Behandlung in spezialisierten Brustzentren haben sich die Heilungschancen in Sachsen deutlich verbessert.

Während die relative 5-Jahres-Überlebensrate im Jahr 2018 noch bei 90,0 % lag, hat sie sich innerhalb kurzer Zeit auf 93,3 % im Jahr 2022 erhöht. Insbesondere Patientinnen und Patienten, die in die prognostisch günstigen UICC-Stadien 0, I und II eingruppiert wurden (79,2 % der betroffenen Patientinnen und Patienten) hatten im Jahr 2022 eine zur Allgemeinbevölkerung vergleichbare Überlebenswahrscheinlichkeit (Abb. 2).



**Abb. 2:** Relatives 5-Jahres-Überleben von Brustkrebskrankungen (C50, D05) nach UICC-Tumorstadium im Jahr 2022 im Freistaat Sachsen.

### Fazit:

Regelmäßige Untersuchungen – ob durch medizinische Fachkräfte oder durch sich selbst – können Leben retten. In Sachsen, wo es ein dichtes Netz an medizinischen Versorgungsstrukturen gibt, haben Frauen die Möglichkeit, von modernsten Früherkennungsmethoden zu profitieren.

Machen Sie den Oktober zum Startpunkt für Ihre Gesundheit und geben Sie das Wissen über Brustkrebs und Früherkennung an andere weiter.

10/2024



**Krebsregister Sachsen gGmbH**

Schützenhöhe 20

01099 Dresden

Telefon: 0351/42640360

E-Mail: [geschaefsstelle@krebregister-sachsen.de](mailto:geschaefsstelle@krebregister-sachsen.de)

Krebsregister Sachsen gGmbH

Sitz der Gesellschaft: Dresden

Registergericht: Amtsgericht Dresden, HRB 43937

Geschäftsführer: Titus Reime