



WIE SIE DAS BESTE AUS  
**GESPRÄCHEN UND BEI  
DER INFORMATIONSSUCHE** RUND UM IHRE  
ERKRANKUNG MACHEN!

**Eine Hilfe bei der Diagnose Brustkrebs**

**Krankheit/  
Diagnose  
Brustkrebs**

Seite 5

**Behandlungs-  
verlauf**

Seite 7

**Behandlungs-  
beginn**

Seite 6

**Lebensstil  
und Lebens-  
qualität**

Seite 9

**Neben-  
wirkungen**

Seite 8

**Unter-  
stützungs-  
möglichkeiten**

Seite 10

**Neuer  
Alltag**

Seite 11

## INHALTS- **VERZEICHNIS**

**Einführung** Seite 3

**Notizen** Seite 14

**Erklärungen** Seite 15

**Prognose**

Seite 12

**Nachsorge**

Seite 13

# WIE SIE DAS BESTE AUS **GESPRÄCHEN UND BEI DER INFORMATIONSSUCHE** RUND UM IHRE ERKRANKUNG MACHEN!

## **Eine Hilfe bei der Diagnose Brustkrebs**

Sicherlich haben Sie viele Fragen und Anliegen, die Sie mit Ihrem Arzt\* oder einer anderen Person, die sich um Ihre Behandlung kümmert, besprechen möchten. Häufig werden diese während des Gesprächs vergessen (z. B. wegen Aufregung oder Zeitdruck).

Sie können die nachfolgende Fragenliste als Gedächtnisstütze während des Gesprächs nutzen, um zu überprüfen, ob alles Wichtige besprochen wurde. Darüber hinaus sollen Ihnen die aufgelisteten Fragen bei der Informationssuche helfen, damit Sie alle wichtigen Informationen erhalten.

\* Die Verwendung der männlichen Form dient ausschließlich der besseren Lesbarkeit und schließt die weibliche Form mit ein.

## Überlegen Sie sich bitte vor dem Gespräch

Was sind Ihre Ziele des heutigen Gesprächs?

Was möchten Sie mit Ihrem Arzt oder einer anderen Person besprechen?

Möchten Sie dem Arzt Ihre Sichtweise auf Ihre Erkrankung mitteilen?

Gibt es irgendetwas Wichtiges, das Ihr Arzt wissen sollte?

Fragen Sie Ihren Arzt zu Beginn des Gesprächs, ob er/sie heute Zeit hat, Ihre Fragen zu besprechen.

### **Ein Tipp:**

Kreuzen Sie die Fragen an, die Sie gerne besprechen möchten. Überlegen Sie sich bitte, welche dieser Fragen Ihnen am wichtigsten sind. Sollten Sie Fragen haben, die nicht aufgeführt sind, notieren Sie diese bitte am Ende der Broschüre.

Bitte nehmen Sie sich etwas Zeit und gehen alle Punkte in Ruhe durch.

Sie werden feststellen, dass die Fragenblöcke farblich nach Themen sortiert sind. Farblich hinterlegte Kreise markieren Hauptfragen, die übrigen sind weiterführende Fragen. Dies dient als Orientierungshilfe.

Einige Wörter sind unterstrichen. Diese werden auf Seite 15 erklärt.

Wie häufig kommen Brustkrebs-erkrankungen vor?

Werden die Unter-suchungen unangenehm sein?

Wer ist für meine Betreuung verantwortlich?

Was sind die Ursachen meiner Brustkrebs-erkrankung?

Auf welche Symptome sollte ich mich einstellen (z. B. Fieber, Schmerzen) und wie sollte ich mit diesen umgehen?

**Welche Art von Brustkrebs habe ich?**

**In welchem Stadium befindet sich meine Brustkrebs-erkrankung?**

## WICHTIGE FRAGEN ZUR **KRANKHEIT/** **DIAGNOSE** BRUSTKREBS

Benötige ich weitere Untersuchungen oder Tests vor Beginn der Behandlung?

Sind Sie auf die Behandlung meiner Brustkrebs-erkrankung spezialisiert?

Sollte ich die Meinung eines weiteren Arztes einholen bevor ich mich entscheide?

Hat sich der Tumor bereits ausgebreitet („gestreut“)? Falls ja, wohin hat er gestreut und welche Untersuchungen zeigen das?

Notizen

---

---

---

---

---

---

---

---

Ist eine  
**Behandlung/Operation**  
zum jetzigen Zeitpunkt  
notwendig?

Wie lange  
muss ich nach  
der Operation im  
Krankenhaus  
bleiben?

Was  
sind die  
Prinzipien und  
die angestrebten  
Behandlungs-  
ziele einer neo-  
adjuvanten  
Therapie?

Gibt es  
Leitlinien für  
die Behandlung  
meiner Krebs-  
erkrankung?

Was  
passiert,  
wenn ich mich  
gegen eine  
Behandlung  
entscheide?

Welche Ent-  
scheidungen  
sollten jetzt  
getroffen werden?  
Mit welchen  
Entscheidungen  
kann ich mir Zeit  
lassen?

Was  
sind die Vor-  
und Nachteile  
der einzelnen  
Behandlungen?

Welche  
Möglichkeiten  
der Behandlung  
stehen mir zur  
Verfügung?

## WICHTIGE FRAGEN ZUM **BEHANDLUNGSBEGINN**

Wie genau  
funktioniert die  
Behandlung?

Welche  
weiteren  
Behandlungen  
neben/nach der  
Operation werde  
ich benötigen?

Wie oft  
haben Sie  
diese Operation  
bereits durch-  
geführt?

Gibt es die  
Möglichkeit einer  
brusterhaltenden  
Operation? Was sind  
deren Vor- und  
Nachteile?

Arbeiten  
Sie in  
einem inter-  
disziplinären  
Team und was  
bedeutet  
dies?

Was ist  
das Ziel der  
Behandlung? Den  
Krebs zu heilen oder  
ihn zu kontrollieren  
und Symptome  
zu mildern?

Werden  
Sie die  
Operation durch-  
führen?

Was ist  
Ihrer Meinung  
nach die beste  
Behandlung für  
mich?

Notizen

---

---

---

Behandeln Sie auch andere Patienten mit dieser Therapie?

Welche Vor- und Nachteile hat die Fortführung der Behandlung?

Welche Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten oder bestehenden Erkrankungen sind zu beachten? Welche sollte ich meiden?

Wann und woran erkenne ich, dass die Behandlung wirkt?

**Benötige ich eine Chemotherapie?**  
Wenn ja, warum und was sind die Ziele?

**Benötige ich eine Strahlentherapie?**  
Wenn ja, warum und was sind die Ziele?

**Wo wird die Behandlung durchgeführt? Kann ich die Behandlung auch woanders durchführen lassen?**

**Wie lange wird die Behandlung dauern?**

## WICHTIGE FRAGEN ZUM **BEHANDLUNGS-VERLAUF**

Wie ist die Wahrscheinlichkeit, dass diese Behandlung erfolgreich ist?

Wie häufig muss ich den Arzt aufsuchen?

Werden Sie meinen Hausarzt und andere Ärzte über meine Behandlung informieren?

Gibt es ergänzende Naturheilverfahren?

Wie tauschen Sie sich untereinander und mit mir aus?

Welche Möglichkeiten stehen zur Verfügung, wenn die Behandlung nicht wirkt?

Kann mir auch mein Hausarzt die Rezepte für die Behandlung ausstellen?

Notizen

---

---

---

---

---

---

---

---

Verursacht die  
Behandlung  
Schmerzen?

**Mit welchen  
Nebenwirkungen  
muss ich  
rechnen?**

Wen  
kann ich  
kontaktieren,  
wenn Probleme  
oder Fragen  
auftreten?

**Wie können die  
Nebenwirkungen  
behandelt werden?**

**Gibt es  
Möglichkeiten  
Nebenwirkungen  
zu vermeiden?**

**Wann  
werden diese  
Nebenwirkungen  
vermutlich auf-  
treten?**

WICHTIGE FRAGEN  
ZU **NEBEN-  
WIRKUNGEN**

**Gibt es  
Maßnahmen zur  
Verringerung der  
Nebenwirkungen?**

Können  
Komplikationen  
auftreten?

Notizen

---

---

---

---

---

---

---

---

Wie lange  
werden  
die Neben-  
wirkungen  
anhalten?

Ich bin häufig sehr  
müde, kann das  
eine Nebenwirkung  
der Behandlung sein?  
Kann dagegen irgend-  
etwas unternommen  
werden?



Was sollte ich während der Behandlung allgemein beachten? Was darf ich tun und was nicht?

Wie viel Sport tut mir gut, wie viel schadet mir eher?

Was darf ich während der Behandlung essen, was nicht?

Gibt es Entspannungsübungen, die ich anwenden kann, um von der Erkrankung mal „abschalten“ zu können?

Gibt es gesundheitsförderliche Maßnahmen oder Mittel, die ich unterstützend anwenden könnte oder sollte?

Darf ich während der Behandlung ... (z. B. ab und zu ein Glas Wein / Bier trinken, in den Urlaub fahren, Arbeiten, Autofahren)?

Was kann ich selbst noch machen, damit es mir wieder besser geht (z. B. Ernährung, Sport)?

Sollte ich allgemein bei meiner Ernährung auf etwas achten?

Welche körperlichen Einschränkungen werde ich während der Behandlung haben? Werde ich zuhause Hilfe benötigen?

Gibt es derzeit Hinweise darauf, ob gesundheitsförderliche Maßnahmen den Erkrankungsverlauf nachweislich unterstützen können?

Notizen

---

---

---

---

---

Steht mir eine Rehabilitation zu? Wann muss ich diese beantragen? Wer unterstützt mich dabei?

An wen kann ich mich mit meinen emotionalen Bedürfnissen (Ängsten, Sorgen etc.) wenden?

Welche weiteren Informationen über meine Brustkrebs-erkrankung gibt es (z. B. Bücher, Filme, Broschüren)?

Was kann ich gegen meine psychischen Probleme (Angst, Depressionen, Schlafstörungen, Einsamkeit etc.) tun?

Kann ich mit anderen Betroffenen reden? Wo finde ich Selbsthilfegruppen?

Welche anderen Leistungen stehen mir zu (z. B. Physiotherapie, Massagen)?

Gibt es Angebote, die mich bei der Bewältigung meiner Brustkrebs-erkrankung unterstützen?

Kann ich im Internet vertrauenswürdige Informationen zu meiner Brustkrebs-erkrankung finden?

Kann ich einen Schwerbe- hindertenausweis beantragen? Wenn ja, wer unterstützt mich dabei?

WICHTIGE FRAGEN  
ZU **UNTERSTÜTZUNGS-  
MÖGLICHKEITEN**

Notizen

**Welche Auswirkungen haben meine Erkrankung und die Behandlung auf meine Familie?**

Gibt es Steuererleichterungen, die ich beanspruchen kann?

**Mit wem können meine Familienangehörigen sprechen, wenn sie Sorgen und Zweifel haben?**

Wer unterstützt mich bei Fragen zu finanziellen Angelegenheiten?

**Kann ich während der Behandlung arbeiten gehen?**

**Welche Kosten werden mir durch die Erkrankung und die Behandlung entstehen?**

Welche finanziellen Leistungen stehen mir zur Verfügung (z.B. wegen Arbeitsausfällen)?

**Haben meine Kinder/Familienangehörigen ein erhöhtes Risiko ebenfalls zu erkranken?**

## WICHTIGE FRAGEN ZU IHREM „**NEUEN**“ ALLTAG

Wird die Behandlung meine Arbeitsfähigkeit beeinträchtigen?

Gibt es Möglichkeiten herauszufinden, ob meine Kinder ein erhöhtes Risiko haben ebenfalls an Brustkrebs zu erkranken?

Wie kann ich meine Familie/meinen Partner/Freunde dabei unterstützen, mit der Situation besser umzugehen? Kann mir dabei jemand helfen?

Notizen

Wenn ich nach der Behandlung wieder arbeiten gehen möchte, kann mich jemand bei der Kontaktaufnahme mit meinem Arbeitgeber unterstützen?

Ich habe Probleme mit meiner Krankenkasse. Wer kann mich diesbezüglich unterstützen?

Wie  
sind meine  
Chancen, wieder  
gesund zu  
werden?

Wie wahr-  
scheinlich  
ist es, dass der  
Brustkrebs  
streut?

Wenn die  
Behandlung  
wirkt, wie ist die  
Wahrscheinlichkeit,  
dass der Brustkrebs  
wiederkommt?

## WICHTIGE FRAGEN ZUR **PROGNOSE**

Wird die  
Behandlung meine  
Wahrscheinlichkeit  
zu überleben  
erhöhen?

Wie lange werde  
ich noch leben?

Notizen

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Gibt es irgendetwas, auf das ich dauerhaft achten sollte, um ein Wiederauftreten meiner Brustkrebserkrankung verhindern zu können bzw. diese frühestmöglich zu entdecken?

Wie sieht die Nachsorge, nach Abschluss der Therapie aus?

Ich habe häufig Angst, da ich weiß, dass der Krebs zurückkommen kann. Kann ich dagegen irgendetwas tun? Kann mir jemand dabei helfen, damit umzugehen?

Wie lange können Nebenwirkungen andauern, die auf die Behandlung meiner Brustkrebserkrankung zurückzuführen sind?

## WICHTIGE FRAGEN ZUR **NACHSORGE**

Gibt es Langzeitnebenwirkungen, mit denen ich rechnen muss?

Welche Anlaufstellen gibt es, die für offene Fragen in Bezug auf meine Brustkrebserkrankung ansprechbar sind?

Wer ist nach der „Akut-Behandlung“ mein Ansprechpartner? Mein niedergelassener Frauenarzt oder ein niedergelassener Onkologe oder jemand anderes?

Wie kann ich weiteren Beschwerden und Komplikationen vorbeugen?

Wie oft muss ich zu Kontroll-Nachsorgeuntersuchungen und in welchen Abständen?

Notizen

---

---

---

---

---

---

---

---



# ERKLÄRUNGEN

## ZU DEN UNTERSTRICHENEN BEGRIFFEN

### **Brusterhaltende Operation**

Brustoperation, bei der lediglich der Tumor und ein kleiner Teil des gesunden Gewebes entnommen werden. Die Brust bleibt in ihrer ursprünglichen Form und Größe möglichst erhalten.

### **Chemotherapie**

In der Chemotherapie werden Medikamente eingesetzt, die die Zellteilung verhindern sollen.

### **Interdisziplinär**

Zusammenarbeit zwischen verschiedenen Berufsgruppen

### **Leitlinien**

Von Experten erstellte Vorschriften, wie diagnostische und therapeutische Maßnahmen für bestimmte Erkrankungen erfolgen sollen.

### **Nebenwirkung**

Unerwünschte Folgen einer Behandlung, die auftreten können, aber nicht müssen.

### **Neoadjuvante Therapie**

Behandlung vor der operativen Entfernung eines bösartigen Tumors mit dem Ziel, diesen zu verkleinern.

### **Onkologe**

Ein Facharzt, der sich mit Diagnose, Behandlung und Nachsorge von Krebserkrankungen befasst.

### **Stadium**

Einteilung von Tumoren in verschiedene Stadien anhand ihrer Größe und Ausbreitung; die Therapie ist abhängig vom Stadium der Krebserkrankung.

### **Strahlentherapie**

Behandlung mit Strahlen, die über ein spezielles Gerät in einen genau festgelegten Bereich des Körpers eingebracht werden. So sollen Tumorzellen zerstört werden. Die Bestrahlungsfelder werden vorab so geplant und berechnet, dass die Dosis in der Zielregion ausreichend hoch ist und gleichzeitig gesundes Gewebe bestmöglich geschont wird.

### **Symptome**

Merkmale und Begleiterscheinungen von Krankheiten, Hinweise auf Störungen.

### **Therapie**

Behandlung

### **Tumor**

Allgemein jede Schwellung (Geschwulst) von Körpergewebe; im engeren Sinne gutartige oder bösartige, unkontrolliert wachsende Zellwucherungen, die im gesamten Körper auftreten können.

# IMPRESSUM

## Herausgeber

**IMVR** – Institut für  
Medizinsoziologie,  
Versorgungsforschung und  
Rehabilitationswissenschaft  
der Universität zu Köln

Institut für  
Medizinsoziologie,  
Versorgungsforschung und  
Rehabilitationswissenschaft

**i:imvr**

**CHSR** – Forschungsstelle für  
Gesundheitskommunikation  
und Versorgungsforschung  
Klinik und Poliklinik für  
Psychosomatische Medizin  
und Psychotherapie  
Universitätsklinikum Bonn



Health Communication  
Health Services Research

Die Studie wurde gefördert durch das  
Bundesministerium für Gesundheit  
(BMG) und Köln Fortune.

Die veröffentlichten Beiträge sind  
urheberrechtlich geschützt. Ein Nach-  
druck ist nur mit Genehmigung der  
Redaktion und unter Angabe der Quelle  
gestattet.

## Projektpartner

**DKG**  
KREBSGESELLSCHAFT



 **Pädagogische Hochschule Freiburg**  
Université des Sciences de l'Éducation · University of Education

Foto: Titelbild Umschlag © volff/Fotolia