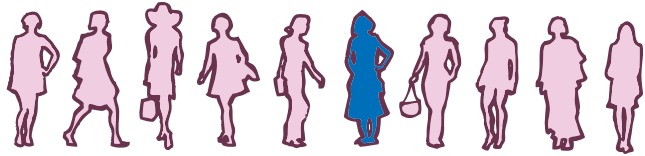


# > Was Sie über Brustkrebs wissen sollen!



## 1// In Luxemburg erhält jeden Tag eine Frau die Diagnose Brustkrebs.

Auch bei Männern ist diese Krankheit möglich, aber sehr selten (1 Fall pro Jahr).



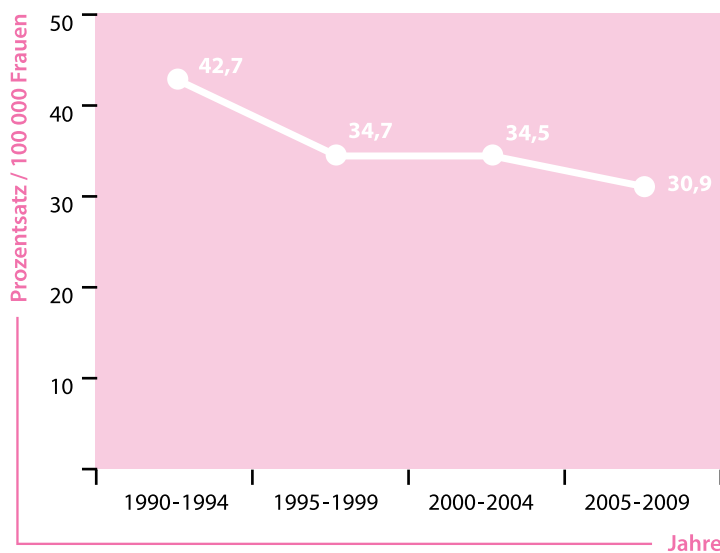
## 2// Es ist wichtig, Brustkrebs frühzeitig zu entdecken.

Wird Brustkrebs im Anfangsstadium entdeckt und die bestmögliche Behandlung eingeleitet, sind die Überlebenschancen sehr gut. Durch Screening werden kleine Tumore entdeckt, die in mehr als 90% der Fälle heilbar sind.

## 3// Die Sterblichkeit bei Brustkrebs sinkt.

Mit zunehmendem Alter steigt das Risiko, an Brustkrebs zu erkranken (zwischen 50 und 69 Jahren sowie zwischen 70 und 79 Jahren). Jedoch sterben heutzutage weniger Frauen in den genannten Altersgruppen an dieser Krankheit.

### 5-Jahres-Sterblichkeitsrate nach Alter

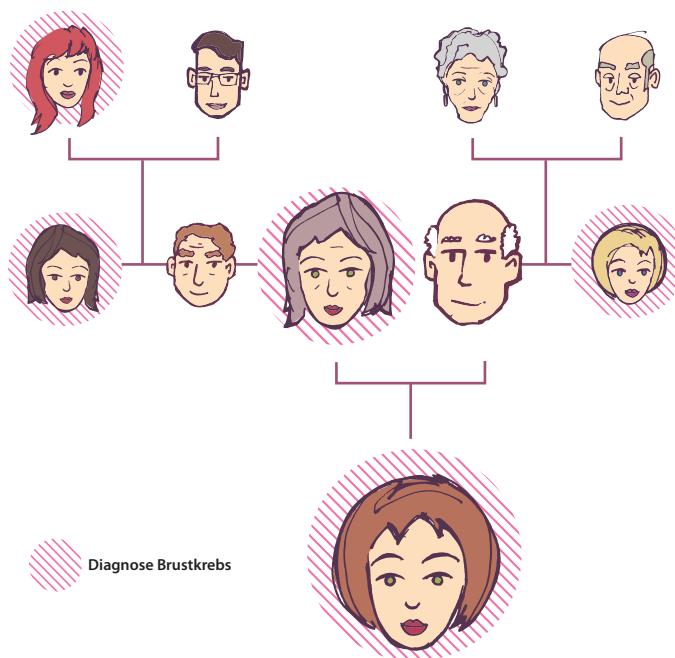


Quelle: Bulletin de liaison / Programme Mammographie 2006 à 2010  
Ministère de la Santé // Direction de la Santé

Die Sterblichkeitsrate sinkt bei allen Altersgruppen progressiv und konstant.

## 4// Familiärer Brustkrebs

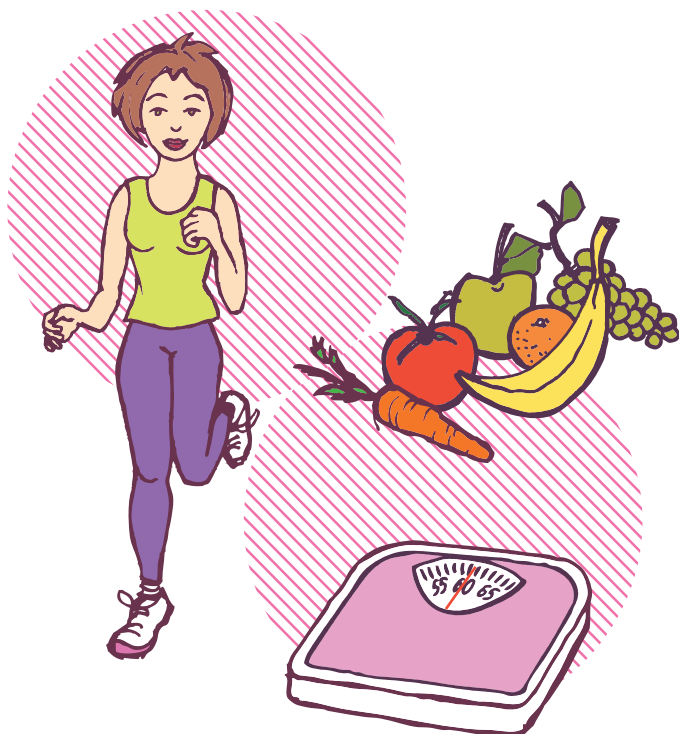
Schätzungsweise erkrankt eine von 200 Frauen in Luxemburg an Brust- und/oder Eierstockkrebs aufgrund erblich bedingter Vorbelastung. Dies ist vor allem bei jüngeren Frauen der Fall. Falls in Ihrer Familie mehrere nahe Verwandte an Brustkrebs erkrankt sind, sollten Sie frühzeitig mit Ihrem Arzt sprechen. Dieser überweist Sie an einen Spezialisten für Genetik.



# > Was Sie selbst tun können, um Brustkrebs vorzubeugen!

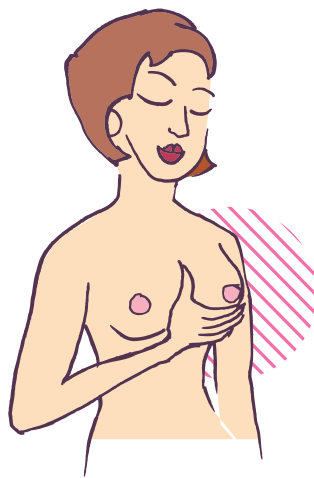
## A// Leben Sie gesund

- Regelmäßige Bewegung (mehrmals die Woche)
- Ausgewogene Ernährung (täglich Obst und Gemüse)
- Vermeidung von Übergewicht oder Gewichtszunahme (mangelnde Bewegung in Verbindung mit Übergewicht ist in 33% der Fälle verantwortlich für Brustkrebs)
- Vermeiden von regelmäßigem Alkoholkonsum



## B// Untersuchen Sie Ihre Brust monatlich

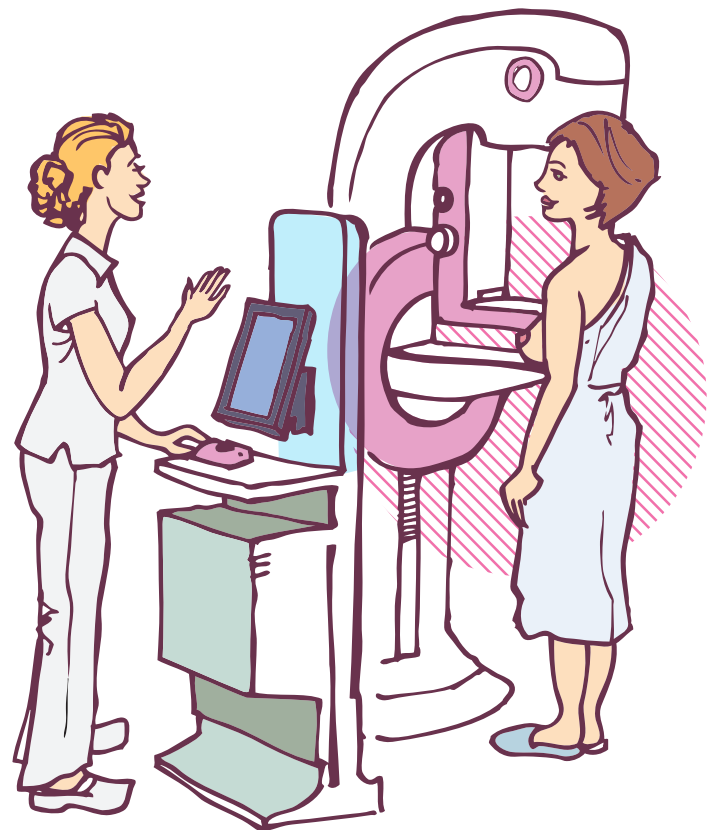
Mit Hilfe der Selbstuntersuchung lernen Sie Ihr Brustgewebe besser kennen. Wenn Sie Veränderungen bemerken, sprechen Sie mit Ihrem Arzt.



## C// Nehmen Sie an den Vorsorgeuntersuchungen teil

- Frauen zwischen 50 und 69 Jahren werden alle zwei Jahre eingeladen, im Rahmen des „Programme Mammographie“ eine kostenlose Mammographie durchführen zu lassen. Diese wird von zwei unterschiedlichen Radiologen begutachtet.
- Für Frauen unter 50 Jahren und über 69 Jahren kann der Arzt eine Mammographie als Vorsorgeuntersuchung verschreiben.

- Für jüngere Frauen (unter 40 Jahren) ist eine Mammographie nicht sehr aussagekräftig. Bei familiärer Vorbelastung wird Ihnen eine individuelle Überwachung vorgeschlagen.



> Denken Sie positiv! Über 3000 in Luxemburg lebende Frauen haben seit dem Jahr 2000 Brustkrebs überlebt.

## EUROPA DONNA INTERNATIONAL:

EUROPA DONNA, die Europäische Koalition gegen Brustkrebs, ist eine Organisation, deren Mitglieder in vielen Foren über ganz Europa verteilt sind.

Die Koalition hat folgende Ziele:

- die öffentliche Meinung bezüglich der Problematik Brustkrebs zu schärfen,
- alle Europäerinnen zu unterstützen in ihrem Kampf für verbesserte Information zu qualitätsgesichertem Brustkrebs-Screening, für optimale Behandlung und für vermehrten Einsatz von Forschungsgeldern zur Bekämpfung von Brustkrebs.

Europa Donna vertritt Frauen europaweit im Kampf gegen Brustkrebs – auf lokaler, nationaler Ebene und gegenüber den Institutionen der Europäischen Union.



## DIE ZIELE VON EUROPA DONNA LUXEMBOURG

Für die Betroffenen da sein

- Die 10 Programmpunkte von Europa Donna International umsetzen.
- Den betroffenen Frauen eine Stimme zu geben um gegenüber den politischen Instanzen und den Gesundheitsberuflern die Realisierung von spezialisierten Brustkrebszentren, in denen nach den europäischen Empfehlungen Brustkrebs behandelt wird, zu fordern.
- Die Sensibilisierung der Öffentlichkeit zum Thema Brustkrebs, um so Ängste hinsichtlich der Krankheit abzubauen und einen verantwortungsvollen Umgang aller Frauen mit ihrer Gesundheit zu fördern.
- Informationsmaterial zur Verfügung stellen, um das Verständnis der Diagnostikmethoden und Behandlungen sowie der Pflege und Betreuung durch spezialisierte KrankenpflegerInnen (Breast Care Nurses) und andere Gesundheitsberufe zu erleichtern.

ISBN 978-99959-658-2-2

Ausgabe: 2012

Herausgeber:

Europa Donna Luxembourg asbl

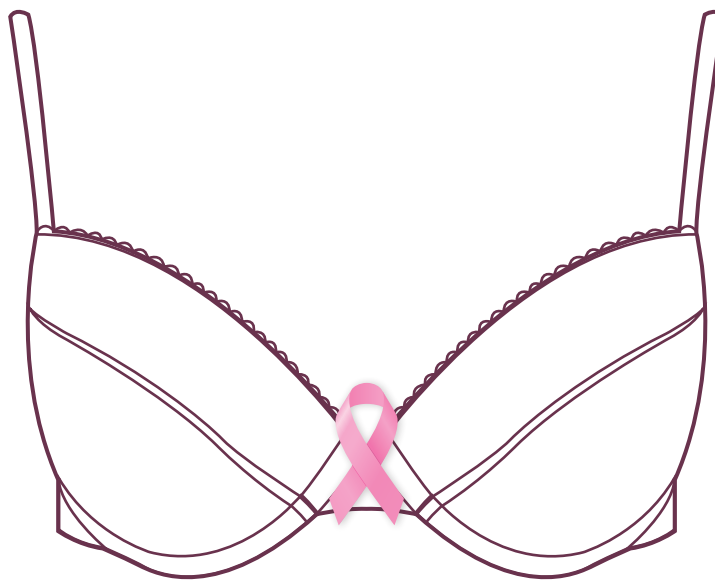
B.P. 818, L-2018 Luxembourg

Konzeption & Layout:

Marc Wilmes Design S. à r.l.

## 10 PROGRAMMPUNKTE VON EUROPA DONNA

- 01// Verbreitung und Austausch aktueller Informationen über Brustkrebs in ganz Europa.
- 02// Motivierung der Frauen, ihre Brust regelmäßig zu untersuchen.
- 03// Einforderung von qualitativ hochwertigen Screening-Programmen.
- 04// Forderung nach optimalen Behandlungsmethoden in ganz Europa.
- 05// Beantragen, dass psycho-soziale Unterstützung während und nach der Behandlung gewährleistet wird.
- 06// Sich einsetzen für eine optimale Ausbildung des Gesundheitspersonals.
- 07// Kenntnisse über die besten Behandlungsmöglichkeiten erlangen und ihre Weiterentwicklung fördern.
- 08// Fordern, dass die medizinischen Geräte einer regelmäßigen technischen Qualitätskontrolle unterliegen.
- 09// Dafür sorgen, dass die Patientinnen die Untersuchungs- und Behandlungsmöglichkeiten verstehen, die ihnen vorgeschlagen werden, dass sie über die Möglichkeit informiert werden, gegebenenfalls an einer klinischen Studie teilzunehmen und das Recht haben eine „zweite Meinung“ einzuholen.
- 10// Kämpfen für die Intensivierung der Brustkrebsforschung.



## BRAUCHEN SIE UNTERSTÜTZUNG?

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf!

Wenn Sie aktives Mitglied werden wollen, überweisen Sie bitte 25 Euro mit dem Vermerk „Mitglied“. Um unsere Aktionen zu unterstützen, ist jede Spende willkommen.  
Die Vereinigung ist, nach großherzoglichem Beschluss vom 26. Januar 2010, als gemeinnütziger Verein anerkannt. Die Spenden sind steuerlich abgesetztbar.

CCPL LULL: LU09 1111 2127 0581 0000  
CCRA LULL: LU92 0090 0000 4628 8007



Sie sind nicht allein!  
> BRUSTKREBS  
Europäische Koalition gegen Brustkrebs  
EUROPA DONNA LUXEMBOURG asbl

Kontakt:

EUROPA DONNA LUXEMBOURG asbl  
B.P. 818, L-2018 Luxembourg  
Gsm: 621 47 83 94



E-mail: [europadonna@pt.lu](mailto:europadonna@pt.lu)  
Webseite: [www.europadonna.lu](http://www.europadonna.lu)

Facebook: [www.facebook.com/pages/Europa-Donna-Luxembourg-asbl/158611937499361](https://www.facebook.com/pages/Europa-Donna-Luxembourg-asbl/158611937499361)

Prospekt hergestellt mit der Unterstützung von:

  
ArcelorMittal

