

## Warum der Oktober pink ist

Losheim am See engagiert sich im Rahmen des Projektes „Losheim lebt gesund“ für Prävention und Gesundheitsförderung in der Seegemeinde. In unserer Amtsblattrubrik geben wir jede Woche in Kooperation mit dem Verein für Prävention und Gesundheit im Saarland (PuGiS e.V.) Gesundheitstipps oder Hinweise auf interessante Online-Angebote.

### Der Brustkrebsmonat Oktober

Rund 70.000 Frauen erkranken jährlich an Brustkrebs. Damit ist diese Krebsart die mit Abstand am häufigsten auftretende Krebserkrankung bei Frauen. Zusätzlich erkranken etwa 759 Männer pro Jahr an Brustkrebs. Der Brustkrebsmonat Oktober soll das Thema weltweit weiter in den Fokus rücken und für Prävention, Früherkennung sowie die Erforschung von Brustkrebs sensibilisieren. Dabei trägt die Farbe Pink eine entscheidende Rolle.

Die Kampagne bezüglich des Breast Cancer Awareness Month unterstützt mit unterschiedlichen Ansätzen und Maßnahmen nicht nur Betroffene, sondern soll Frauen ebenfalls Zugang zu Früherkennungsmaßnahmen bieten. Eine Methode, Brustkrebs frühzeitig zu erkennen, stellt ein Screeningverfahren dar. Die sogenannte Mammographie ermöglicht es, mittels Röntgen das Brustgewebe durch ein bildgebendes Verfahren nach Auffälligkeiten zu untersuchen.

Die europäische Brustkrebsleitlinien der EU-Kommission empfiehlt eine solche Untersuchung bei Frauen im Alter von 45 bis 74 Jahren im zwei Jahresrhythmus.

Durch das Sammeln von Spendengeldern soll es auch Frauen in entwicklungschwächeren Ländern ermöglicht werden, eine solche Untersuchung wahrzunehmen. Bei jüngeren Patientinnen ist es wichtig, regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen bei einem vertrauten Gynäkologen zu vereinbaren und diese wahrzunehmen. Durch das geschulte Abtasten der Brust und der umliegenden Lymphknoten können Auffälligkeiten ebenfalls erkannt und das Risiko einer möglichen Brustkrebserkrankung gesenkt werden. Die Kosten hierfür werden in Deutschland für Frauen ab 30 Jahren einmal jährlich von den gesetzlichen Krankversicherungen übernommen. Der Arzt sollte dabei ebenfalls zeigen, wie auch zuhause die Brust selbst abgetastet werden kann. Nur wer regelmäßig die Brust selbst abtastet, kann ein Gefühl für Veränderungen entwickeln, die auf Brustkrebs hindeuten können. Weiterhin ist es wichtig, typische Symptome zu kennen, um diese gegebenenfalls auch wahrnehmen zu können.

### Die Deutsche Krebshilfe hat folgenden Symptome zusammengefasst, bei denen Sie zur Sicherheit einen Arzt aufsuchen sollten:

1. Eine Brust hat sich im Umfang, in der Form und in der Lage verändert.





2. Die Haut einer Brust hat sich verändert oder es besteht eine unklare Rötung.
3. Eine Brust weist Einziehungen oder Vorwölbungen auf.
4. Eine Brustwarze zieht sich ein.
5. Aus der Brustwarze sondert sich Flüssigkeit ab.
6. Sie ertasten in einer Brust, um den Warzenhof oder in den Achselhöhlen Knoten.
7. Sie verlieren aus unerklärlichen Gründen an Gewicht.

Je früher ein möglicher Brustkrebs erkannt wird, desto höher sind die Chancen, diesen erfolgreich zu behandeln. Wichtig zu wissen: Auch Männer sind gefährdet. Bestimmte Genveränderungen können auch an männliche Verwandte weitervererbt werden, welche ein erhöhtes Risiko für Darm-, Prostata- und Brustkrebs darstellen können.

Wichtige Informationen für Betroffene, Angehörige, Interessierte und Engagierte finden Sie unter anderem online unter <https://www.krebshilfe.de/spendenaktiv-werden/aktiv-werden/spendenaktion/brustkrebsmonat/>

#### Quellen:

**National Breast Cancer Foundation (o. J.):** National Breast Cancer Foundation. Von Breast Cancer

Awareness Month: <https://www.nationalbreastcancer.org/breast-cancer-awareness-month/> abgerufen  
**IQWiG (23. Februar 2022):** Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen. Von Altersgrenzen im Mammografie-Screening-Programm: Bessere Heilungschancen kontra Überdiagnosen: [https://www.iqwig.de/presse/pressemitteilungen/pressemitteilungen-detailseite\\_61376.html#:~:text=Das%20deutsche%20Mammografie%20DScreening%2DProgramm,der%20Brust%20mittels%20R%C3%B6ntgen%20angeboten](https://www.iqwig.de/presse/pressemitteilungen/pressemitteilungen-detailseite_61376.html#:~:text=Das%20deutsche%20Mammografie%20DScreening%2DProgramm,der%20Brust%20mittels%20R%C3%B6ntgen%20angeboten) abgerufen

**Deutsche Krebshilfe (o. J.):** Deutsche Krebshilfe. Von Früherkennung von familiärem Brustkrebs: <https://www.krebshilfe.de/informieren/ueber-krebs/krebsarten/brustkrebs/#c20553> abgerufen

Text: PuGiS e.V., Fotos: pixabay.com



#### Weitere Infos:

[www.das-saarland-lebt-gesund.de](http://www.das-saarland-lebt-gesund.de) und bei Facebook [www.facebook.com/DasSaarlandLebtGesund](https://www.facebook.com/DasSaarlandLebtGesund) sowie unter [www.pugis.de](http://www.pugis.de)

**„Losheim lebt gesund“ ist ein Projekt der Gemeinde Losheim am See in Zusammenarbeit mit PuGiS e.V. und der IKK Südwest.**

**Ansprechpartnerin für Fragen rund um das Thema „Prävention und Gesundheit“ im Bürgerdienstleistungszentrum:**

Frau Christine Kuhn (Fachkraft für Kommunales Gesundheitsmanagement), Tel. 06872/609-101, Email [ckuhn@losheim.de](mailto:ckuhn@losheim.de)