NOVARTIS

Leben mit Brustkrebs

MIT KLARHEIT UND SICHERHEIT ZUM ARZTGESPRÄCH

IHRE CHECKLISTE

Eine Brustkrebsdiagnose ist oft mit vielen offenen Fragen und Unsicherheiten verbunden. Diese Checkliste hilft Ihnen dabei, sich bestmöglich auf Ihr Arztgespräch vorzubereiten, damit Sie klar, informiert und mit einem guten Gefühl die nächsten Schritte gehen können.

BEREITEN SIE SICH IN RUHE VOR

Eine gute Vorbereitung ist der Schlüssel zu einem erfolgreichen Arztgespräch. Sie gibt Ihnen die Sicherheit, dass nichts vergessen wird und Sie gestärkt in das Gespräch gehen können.

Tipps für Ihr Arztgespräch:

- Gehen Sie diese Checkliste vor dem Termin durch und notieren Sie zusätzliche Fragen.
- Priorisieren Sie Ihre Fragen und stellen Sie die wichtigsten zuerst.
- Bringen Sie eine vertraute Person mit, die Sie unterstützt und mithört.
- Machen Sie sich während des Gesprächs Notizen und bitten Sie um schriftliche Informationen.
- Fragen Sie nach, wenn Sie etwas nicht verstehen, und bitten Sie um eine einfache Erklärung von Fachbegriffen.
- Teilen Sie Ihre Sorgen und Wünsche ehrlich mit, um die für Sie bestmöglichen Entscheidungen zu treffen.
- Klären Sie, was als Nächstes passiert und wo Sie bei offenen Fragen Unterstützung finden.

DENKEN SIE DARAN:

Es gibt keine unwichtigen Fragen. Dieses Gespräch ist Ihre Gelegenheit, alles anzusprechen, was Ihnen auf dem Herzen liegt.

FRAGEN ZUR BRUSTKREBSERKRANKUNG

Es gibt viele Arten von Brustkrebs, die sich in Behandlung und Prognose unterscheiden. Verstehen Sie Ihre Diagnose, um informierte Entscheidungen treffen zu können.

Welche Art von Brustkrebs habe ich?

- ○ Brustkrebs im Frühstadium
- ○ Metastasierter Brustkrebs
- ○ Lokalrezidiv
- ○ Nicht-invasiver Brustkrebs
  - ○ Duktales Carcinoma in situ (DCIS)
  - ○ Atypische duktale Hyperplasie (ADH)
  - ○ Lobuläre intraepitheliale Neoplasie (LIN)
  - ○ Flache epitheliale Atypie (FEA)
- ○ Invasiver Brustkrebs
  - ○ Invasiv-duktal
  - ○ Invasiv-lobulär
- ○ Sonderform .....

In welchem Stadium befindet sich die Erkrankung?

TNM-Klassifikation

T ..... T = Tumorgröße und -ausdehnung (T1 bis T4)
N ..... N = Lymphknotenbeteiligung (N0 bis N3)
M ..... M = Nachweis von Metastasen (M0 oder M1)

Stadium ○ 0 ○ IA ○ IB ○ IIA ○ IIB ○ IIIA ○ IIIB ○ IIIC ○ IV

Welche Eigenschaften hat mein Brustkrebstumor?

Grading ○ G1 ○ G2 ○ G3

Hormonrezeptorstatus

- ○ Hormonrezeptor-negativ (HR-)
- ○ Hormonrezeptor-positiv (HR+)
- ○ Östrogenrezeptor-positiv (ER+)
- ○ Progesteronrezeptor-positiv (PR+)

HER2-Rezeptorstatus ○ HER2-positiv ○ HER2-negativ

Erblicher Brustkrebs ○ Ja ○ Nein

Was bedeuten diese Eigenschaften für meine Behandlung und Prognose?

.....

.....

GENERELLE FRAGEN ZUR BEHANDLUNG

Je besser Sie Ihre Behandlungsoptionen verstehen, desto bessere Entscheidungen können Sie gemeinsam mit Ihren Ärzt:innen treffen. Fragen Sie auch nach, wie Sie die Behandlung aktiv unterstützen können – sei es durch Ernährung, Bewegung oder andere Maßnahmen.

- Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es für meine Brustkrebsart?
- Welche Reihenfolge der Behandlungsschritte empfehlen Sie?
- Wie lange dauert die Behandlung und wie häufig wird sie durchgeführt?
- Wo findet die Behandlung statt?
- Wo finde ich das nächste zertifizierte Brustkrebszentrum?
- Wie lässt sich während der Behandlung erkennen, ob die Behandlung wirksam ist?
- Welche Untersuchungen sind während der Behandlung notwendig?
- Wie kann ich den Behandlungsverlauf selbst unterstützen?
- Welche Nebenwirkungen können auftreten und wie kann ich damit umgehen?
- An wen kann ich mich wenden, wenn ich Nebenwirkungen habe, Fragen auftauchen oder es mir psychisch/seelisch nicht gut geht – auch außerhalb der Sprechzeiten?
- Gibt es unterstützende Programme oder Selbsthilfegruppen, die mich während der Behandlung begleiten können?

FRAGEN ZUM RÜCKFALLRISIKO

Sie können viel dazu beitragen, das Risiko eines Rückfalls bei frühem Brustkrebs zu minimieren. Eine gesunde Lebensweise, regelmäßige Nachsorge und das richtige Verständnis Ihrer Therapieoptionen sind wichtige Bausteine. Machen Sie sich bewusst, was Ihre Ziele sind und was Ihnen dabei besonders wichtig ist.

- Wie hoch ist mein individuelles Rückfallrisiko nach der Erstbehandlung? Wie wird dieses bestimmt?

- Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es, um mein Rückfallrisiko zu minimieren?

- Was kann ich selbst tun, um mein Rückfallrisiko zu senken?

Gemeinsam entscheiden – 3 Fragen, um gemeinsam die Behandlung zu finden, die zu Ihnen passt

1. Welche Möglichkeiten habe ich, inklusive abwarten und beobachten?
2. Was sind die Vor- und Nachteile jeder dieser Möglichkeiten?
3. Wie wahrscheinlich ist es, dass diese Vor- und Nachteile bei mir auftreten?

FRAGEN ZUR OPERATION

Eine Operation ist oft ein wichtiger Teil der Brustkrebsbehandlung. Gut informiert zu sein, kann Ihnen helfen, sich auf den Eingriff vorzubereiten.

- Welche Art von Operation wird in meinem Fall empfohlen (z. B. brusterhaltend oder Entfernung und Brustrekonstruktion)?

- Welche Gründe sprechen für die empfohlene Operationsmethode und gibt es Alternativen?

- Wird der Wächterlymphknoten oder werden andere Lymphknoten entfernt?

- Wie wird sichergestellt, dass der Tumor vollständig entfernt wurde?

- Wie hoch ist die Wahrscheinlichkeit, dass eine zweite Operation erforderlich ist?

FRAGEN ZUR STRAHLENTHERAPIE

Die Strahlentherapie ist eine lokale Behandlungsmöglichkeit bei Brustkrebs. Die folgenden Fragen sollen Ihnen helfen, den Behandlungsablauf und mögliche Auswirkungen besser zu verstehen.

- Warum wird in meinem Fall eine Strahlentherapie empfohlen?

- Welche Form von Strahlentherapie kommt infrage?

- Wie viele Sitzungen sind geplant und wie lange dauert jede Sitzung?

- Welche Komplikationen können während und nach der Strahlentherapie eintreten und wie lassen sie sich lindern?

- Was passiert, wenn ich keine Strahlentherapie mache?

FRAGEN ZUR MEDIKAMENTÖSEN THERAPIE

Medikamentöse Therapien richten sich bei Brustkrebs nach Tumorart, Stadium und Ihrer persönlichen Lebenssituation. Um gemeinsam mit Ihren Ärzt:innen die beste Entscheidung zu treffen, ist es wichtig, Ihre Optionen zu verstehen.

- Welche medikamentösen Behandlungsmöglichkeiten gibt es für mich? Warum?
  - ○ Zielgerichtete Therapien
  - ○ Antihormontherapie
  - ○ Chemotherapie

.....

.....

- Wie und wo werden die Medikamente verabreicht?
  - ○ Infusion
  - ○ Tabletten
  - ○ Spritzen
  - ○ Zu Hause
  - ○ In einer Praxis
  - ○ Im Krankenhaus

- Wie lange dauert die Therapie und wie häufig wird sie durchgeführt?

.....

- Gibt es eine Reihenfolge für einzelne Medikamente?

.....

- Welche Nebenwirkungen können die Medikamente haben und wie gehe ich damit um?

.....

- Was passiert, wenn ich diese Medikamente nicht nehme?

.....

.....

.....

FRAGEN ZUR NACHSORGE

Die Nachsorge hilft nicht nur, den Behandlungsverlauf zu prüfen, sondern gibt Ihnen auch ein gutes Gefühl, dass alles in Ordnung ist.

- Wie sieht mein Nachsorgeplan aus und wie oft sind Termine vorgesehen?

- Welche Untersuchungen werden während der Nachsorge durchgeführt?

- Woran erkenne ich einen Rückfall und was passiert, wenn ein Rückfall auftritt?

FRAGEN ZUM LEBEN MIT DER ERKRANKUNG

Neben der medizinischen Behandlung ist es genauso wichtig, dass Sie sich Zeit für sich selbst nehmen. Hören Sie auf Ihren Körper und Ihre Seele.

- Was kann ich tun, um meine körperliche und psychische Gesundheit zu stärken?

- Wann kann ich wieder arbeiten oder sportlich aktiv werden?

- Wer kann mir bei organisatorischen Fragen helfen (z. B. Krankengeld, Reha-Anträge)?

- Wo finde ich Unterstützung nach Abschluss der Behandlung oder generell bei psychischen Belastungen?

IHRE EIGENEN NOTIZEN

Nutzen Sie diesen Bereich, um wichtige Informationen aus Ihrem Gespräch festzuhalten oder zusätzliche Fragen zu notieren.

Onlineglossar:
www.leben-mit-brustkrebs.de/mehr-infos/lexikon

MEDIZINISCHER INFOSERVICE

0911 273 12100 / Mo–Fr 08:00–18:00 Uhr
infoservice.novartis@novartis.com
www.chat.novartis.de
www.infoservice.novartis.de

Novartis Pharma GmbH
Nürnberg
www.leben-mit-brustkrebs.de

NOVARTIS