



METASTASIERTER BRUSTKREBS

Ihre Anleitung zur Behandlung

Kisqali – Die Therapie verstehen und im Alltag umsetzen

Nur für Patientinnen bestimmt, denen Kisqali bereits verordnet wurde.

Liebe Patientin,

als Behandlung des *fortgeschrittenen, metastasierten Brustkrebses* hat Ihre Ärztin bzw. Ihr Arzt Kisqali® (Ribociclib) für Sie ausgewählt.

Dies ist natürlich mit Fragen verbunden: Was ist Kisqali? Wie funktioniert es, wie nimmt man es ein, was können Sie von der Behandlung erwarten?

Diese Broschüre gibt Antworten

Die Broschüre enthält wichtige Informationen zu den genannten Themen. Sie soll Ihnen den Umgang mit dem Medikament erleichtern und Ihnen helfen, Ihre Behandlung bestmöglich umzusetzen.

Möglicherweise haben Sie nach dem Durchlesen noch weitere Fragen. Wenden Sie sich damit bitte an Ihre Ärztin bzw. Ihren Arzt. Besprechen Sie gemeinsam mögliche Bedenken bezüglich der Behandlung.



Unklare Fachbegriffe?

Das Glossar am Ende der Broschüre kann Ihnen helfen. Es enthält Erklärungen zu vielen der Begriffe, die in dieser Broschüre verwendet werden. Glossar-begriffe erscheinen bei ihrem ersten Auftreten *kursiv* gedruckt.



Offene Kommunikation mit Ihrem Behandlungsteam ist eine wichtige Säule Ihrer Therapie.

Inhaltsverzeichnis

Kisqali	4
Über Kisqali	4
Wie wirkt Kisqali?	6
Einnahme	8
Beginn der Behandlung mit Kisqali	8
Wie Kisqali einzunehmen ist	10
Behandlungsschema	14
Nebenwirkungen	17
Welche Nebenwirkungen sind möglich?	17
Empfehlungen zum Umgang mit Nebenwirkungen	18
Bei folgenden Symptomen sollten Sie achtsam sein und sich an Ihre Ärztin bzw. Ihren Arzt wenden	20
Unterstützung	22
Unterstützung gibt Orientierung	22
Kommunikation gibt Rückhalt	23
Glossar	24
Die 3 Fragen des Glücks	26

Über Kisqali

Die Nachricht, dass man von fortgeschrittenem, metastasiertem Brustkrebs betroffen ist, verändert das Leben. Um mit der Diagnose umgehen zu können, sind Informationen zur Behandlung ein erster wichtiger Schritt. Je mehr Sie wissen, desto besser können Sie vertrauens- und hoffnungsvoll den Herausforderungen entgegentreten.

Was ist Kisqali und wofür wird es angewendet?

Das Medikament enthält den Wirkstoff Ribociclib, der zu einer Arzneimittelklasse gehört, die als CDK4/6-Hemmer bezeichnet wird. Die Wirkung besteht in der Hemmung der *Proteine* CDK4 und CDK6, die das Wachstum und das Teilen von Zellen regulieren. Durch das Eingreifen in die Aktivität dieser Proteine kann Ribociclib das Wachstum von Krebszellen verlangsamen und das Fortschreiten Ihrer Krebserkrankung verzögern.

Ribociclib wird in Kombination mit einem *Aromatasehemmer* (wie z. B. *Letrozol*) oder *Fulvestrant* zur Behandlung von fortgeschrittenem, metastasiertem Brustkrebs bei Frauen verabreicht.

Frauen, die noch nicht in den Wechseljahren (Menopause) sind, werden auch mit einem sogenannten *LHRH-Agonisten* (LHRH = Luteinising Hormone-Releasing Hormone) behandelt.



Die Behandlung mit Ribociclib und einem Aromatasehemmer oder Fulvestrant ist eine zielgerichtete Therapie beim fortgeschrittenen, metastasierten Brustkrebs.



Wie wirkt Kisqali?

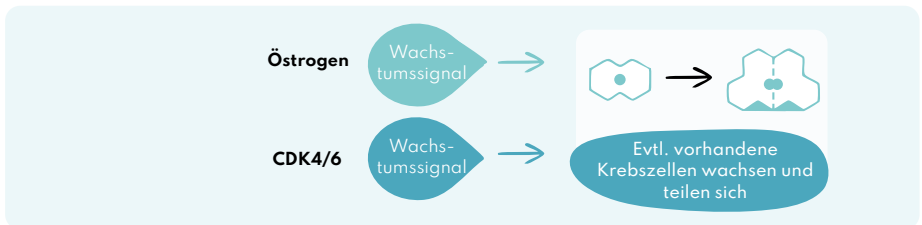
Um gesund zu bleiben, teilen sich die Körperzellen. Für diesen Vorgang benötigen sie Wachstumssignale des Körpers. Krebszellen nutzen diese Wachstumssignale, um sich unkontrolliert zu teilen.

Eines der Ziele der Krebsbehandlung ist es, die Krebszellen am unkontrollierten Teilen zu hindern, damit der Krebs nicht weiterwächst.

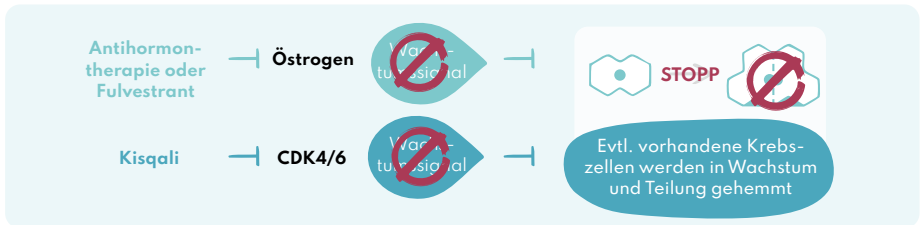
Ribociclib und Aromatasehemmer oder Fulvestrant wirken auf unterschiedliche Weisen und hemmen das Wachstum der Tumorzellen:

Aromatasehemmer oder Fulvestrant hemmen die Bildung von *Östrogen*. CDK4/6-Hemmer unterbrechen die Wirkung der Proteine CDK4 und CDK6, wodurch eine übermäßige Teilung der Tumorzellen verhindert wird.

Bei Frauen vor oder während der Menopause sollte die Behandlung mit Ribociclib und einem Aromatasehemmer oder Fulvestrant mit einem LHRH-Agonisten kombiniert werden. Dieser hemmt die Ausschüttung von *Östrogen*.



Behandlung mit Ribociclib und einem Aromatasehemmer oder Fulvestrant



Ribociclib und der Aromatasehemmer oder Fulvestrant können durch das Zusammenspiel ihrer Wirkmechanismen das Fortschreiten der Krebserkrankung verzögern.

Wenden Sie sich bitte an Ihre behandelnde Ärztin bzw. Ihren behandelnden Arzt, wenn Sie Fragen zum Wirkmechanismus haben. Hier können Sie sich Notizen für Ihr ärztliches Gespräch machen.



A series of horizontal dotted lines for taking notes, spanning the width of the page.



Beginn der Behandlung mit Kisqali

Vor dem Beginn der Behandlung sollten Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt informieren,

- ob Sie Fieber (ab 38 °C), Halsschmerzen, Geschwüre im Mund aufgrund von Infektionen (Mangel an *weißen Blutkörperchen*) haben.
- ob Sie Probleme mit Ihrer Leber haben oder früher von einer Lebererkrankung betroffen waren.
- ob Sie gegenwärtig oder früher Herzprobleme oder Herzrhythmusstörungen hatten.
- ob Sie Allergien gegen die Bestandteile des Medikaments, wie den Wirkstoff Ribociclib, Erdnuss oder Soja haben – in diesem Fall darf Kisqali nicht eingenommen werden.



Ziehen Sie den höchstmöglichen Nutzen aus Ihrer Behandlung

Ihr Behandlungsteam wird alles daransetzen zu gewährleisten, dass die Therapie für Sie optimal verläuft. Dazu müssen Sie regelmäßig Ihre Kontrolltermine für medizinische Untersuchungen wahrnehmen.

- In den ersten 6 Monaten nach Behandlungsbeginn wird Sie Ihre Ärztin bzw. Ihr Arzt regelmäßigen Kontrolluntersuchungen unterziehen. Dies liegt daran, dass eventuelle *Nebenwirkungen* (Veränderung des Blutbildes) nicht immer einfach festzustellen sind.

Folgende Routineuntersuchungen werden durchgeführt:



Bluttests zur Messung bestimmter Bestandteile im Blut, wie *Enzyme* der Leber und *Elektrolyte* (Salze)



Elektrokardiogramm (EKG) zur Messung der elektrischen Aktivität Ihres Herzens

- Mithilfe der Untersuchungsergebnisse kann Ihr Behandlungsteam mögliche Nebenwirkungen der Behandlung erkennen.
- Nach 6 Monaten entscheidet Ihre Ärztin bzw. Ihr Arzt, ob und in welchem Rhythmus weitere Untersuchungen nötig sind.



Die ärztliche Kontrolle kann mögliche Nebenwirkungen aufdecken und hilft Ihnen, mit der Behandlung auf Kurs zu bleiben.

Wie Kisqali einzunehmen ist



Bei Einnahme von Ribociclib zusammen mit einem Aromatasehemmer

Die empfohlene Dosierung beträgt 1 x täglich drei Ribociclib-Tabletten (600 mg insgesamt) und eine Tablette des Aromatasehemmers zur gleichen Zeit.



Bei Einnahme von Ribociclib zusammen mit Fulvestrant

Die empfohlene Dosierung beträgt 1 x täglich drei Ribociclib-Tabletten (600 mg insgesamt). Zusätzlich erfolgt eine intramuskuläre Injektion Fulvestrant an Tag 1, 15 und 29 der Behandlung, anschließend 1 x monatlich.

Ribociclib kann mit oder ohne Mahlzeit eingenommen werden



Vermeiden Sie **Grapefruits und deren Säfte**, wenn Sie Ribociclib einnehmen.

Einnahme 1 x täglich, vorzugsweise am Morgen



Die Ribociclib-Tabletten müssen im Ganzen geschluckt werden: die Tabletten nicht zerkauen, zerstoßen oder vor dem Schlucken teilen!

Sie sind noch nicht in den Wechseljahren (Menopause)



Bei prä- oder perimenopausalen Frauen sollte die Therapie mit einem sogenannten LHRH-Agonisten (LHRH = Luteinising Hormone-Releasing Hormone) kombiniert werden.

Alle Informationen zur Lagerung von den Tabletten finden Sie in der Gebrauchsinformation.




Ribociclib wird zusammen mit einem Aromatasehemmer oder Fulvestrant in einem 28-Tage-Zyklus verabreicht.

28-Tage-Zyklus	Woche 1	Woche 2	Woche 3	Woche 4
Ribociclib 600 mg 1 x täglich, 3 Wochen Einnahme, 1 Woche Pause	✓	✓	✓	✗
+ Aromatasehemmer 1 x täglich durchgehende Einnahme	✓	✓	✓	✓

oder

28-Tage-Zyklus	Woche 1	Woche 2	Woche 3	Woche 4
Ribociclib 600 mg 1 x täglich, 3 Wochen Einnahme, 1 Woche Pause	✓	✓	✓	✗
	Tag 1	Tag 15	Tag 29	1 x monatl.
+ Fulvestrant i.m. Injektion 1 x monatlich plus zusätzlich 1 x 14 Tage und 1 x 29 Tage nach Erstinjektion				

- ✓ Die Behandlung wird 1 x täglich während der entsprechenden Woche im Zyklus angewendet.
- ✗ Die Behandlung wird während der entsprechenden Woche des Zyklus nicht angewendet.
-  Es erfolgt eine intramuskuläre Injektion Fulvestrant an Tag 1, 15 und 29 der Behandlung, anschließend 1 x monatlich.

Bei prä- oder perimenopausalen Frauen sollte die Therapie mit einem sogenannten LHRH-Agonisten kombiniert werden.

Bitte halten Sie immer den von Ihrer Ärztin bzw. Ihrem Arzt verordneten Behandlungszyklus ein.



Was tun, wenn ...

- **Sie die Einnahme Ihrer Tabletten vergessen haben:**

Nehmen Sie nicht die doppelte Menge Tabletten, wenn Sie die vorherige Anwendung vergessen haben.

Warten Sie stattdessen, bis es Zeit für die nächste *Dosis* ist, und nehmen Sie die gewohnte Anzahl Tabletten.

- **Sie versehentlich zu viele Tabletten eingenommen haben:**

Wenden Sie sich umgehend an Ihre behandelnde Ärztin, Ihren behandelnden Arzt oder ein Krankenhaus.

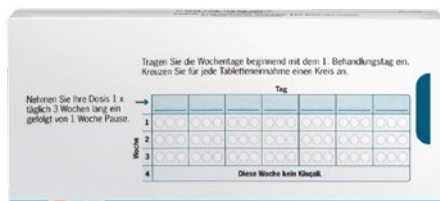


Sie dürfen die Dosis oder das Behandlungsschema von Kisqali nicht ohne vorherige Absprache mit Ihrer Ärztin bzw. Ihrem Arzt verändern!

Behandlungsschema

Die Verpackung von Kisqali ist so gestaltet, dass sie Ihnen die richtige Einnahme der Tabletten erleichtert.

Ein Verabreichungskalender auf jeder Packung hilft Ihnen bei der Einnahme über den gesamten Behandlungszyklus.



Tipps, damit Sie die tägliche Einnahme nicht vergessen:



Dokumentieren Sie Ihre Einnahme täglich im Tagebuch und/oder auf der Packung.



Nehmen Sie die Tabletten im Rahmen einer täglichen Aktivität ein, wie z. B. zum Frühstück, nach dem Zähneputzen oder zur Morgengymnastik.



Bitten Sie Familie und Freund*innen, Sie an die Einnahme zu erinnern.



Richten Sie sich einen Alarm auf Ihrem Smartphone oder Wecker ein.

Ihr Tagebuch mit Verabreichungskalender

Mithilfe des Verabreichungskalenders im Tagebuch können Sie Ihre Tabletteneinnahme nachverfolgen. Haken Sie dazu einfach jeden Tag so viele Kreise ab, wie Sie Ribociclib-Tabletten bzw. Tabletten des Aromata-sehmers eingenommen oder Fulvestrant verabreicht bekommen haben.

Folgende Beispiele zeigen:

Die Behandlung wurde an einem Samstag begonnen. In Woche 1 und 2 bis einschließlich Tag 13 wurden jeweils drei Ribociclib-Tabletten sowie eine Tablette des Aromatasehemmers eingenommen.

Kisqali + Aromatasehemmer

Datum vom ... **23.09.**..... bis .. **20.10.**.....  **BEISPIEL**

	Wochentag	Samstag	Sonntag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Woche 1	Kisqali + Aromatasehemmer	✓✓✓✓ + ✓	✓✓✓✓ + ✓	✓✓✓✓ + ✓	✓✓✓✓ + ✓	✓✓✓✓ + ✓	✓✓✓✓ + ✓	✓✓✓✓ + ✓
Woche 2	Kisqali + Aromatasehemmer	✓✓✓✓ + ✓	✓✓✓✓ + ✓	✓✓✓✓ + ✓	✓✓✓✓ + ✓	✓✓✓✓ + ✓	✓✓✓✓ + ✓	○ ○ ○ ○ + ○
Woche 3	Kisqali + Aromatasehemmer	○ ○ ○ ○ + ○	○ ○ ○ ○ + ○	○ ○ ○ ○ + ○	○ ○ ○ ○ + ○	○ ○ ○ ○ + ○	○ ○ ○ ○ + ○	○ ○ ○ ○ + ○
Woche 4	Aromatasehemmer	○	○	○	○	○	○	○

+ LHRH-Agonist ja nein

Wohlfühlbarometer	Woche 1	😊😊😊😊 😊 😊😊😊😊	😊😊😊😊 😊 😊😊😊😊	😊😊😊😊 😊 😊😊😊😊	😊😊😊😊 😊 😊😊😊😊	😊😊😊😊 😊 😊😊😊😊	😊😊😊😊 😊 😊😊😊😊	😊😊😊😊 😊 😊😊😊😊
	Woche 2	😊😊 😊 😊😊😊😊	😊😊😊😊😊😊 😊 😊😊😊😊	😊😊😊😊 😊 😊😊😊😊	😊😊😊😊 😊 😊😊😊😊	😊😊😊😊 😊 😊😊😊😊	😊😊😊😊 😊 😊😊😊😊	😊😊😊😊😊😊😊😊😊😊
	Woche 3	😊😊😊😊😊😊😊😊😊😊	😊😊😊😊😊😊😊😊😊😊	😊😊😊😊😊😊😊😊😊😊	😊😊😊😊😊😊😊😊😊😊	😊😊😊😊😊😊😊😊😊😊	😊😊😊😊😊😊😊😊😊😊	😊😊😊😊😊😊😊😊😊😊
	Woche 4	😊😊😊😊😊😊😊😊😊😊	😊😊😊😊😊😊😊😊😊😊	😊😊😊😊😊😊😊😊😊😊	😊😊😊😊😊😊😊😊😊😊	😊😊😊😊😊😊😊😊😊😊	😊😊😊😊😊😊😊😊😊😊	😊😊😊😊😊😊😊😊😊😊

Welche Nebenwirkungen sind möglich?

Ribociclib wird zusammen mit dem Arzneimittel Letrozol oder einem anderen Aromatasehemmer oder Fulvestrant eingenommen. Wie alle Arzneimittel können auch diese beiden Arzneimittel Nebenwirkungen haben, die aber nicht bei jedem auftreten müssen.



Die meisten Nebenwirkungen, die unter Ribociclib + Aromatasehemmer^a oder Fulvestrant auftreten, sind von leichter oder mittelschwerer Natur.

Dies bedeutet, dass sie Unannehmlichkeiten verursachen können, die sich aber kaum auf das tägliche Leben auswirken (sollten).

Einige mögliche Nebenwirkungen können Übelkeit und Erbrechen, Durchfall, Müdigkeit (Fatigue) oder Haarausdünnung/Haarausfall sein. Weitere Informationen zu möglichen Symptomen und Nebenwirkungen sowie zum Umgang mit diesen finden Sie auf den folgenden Seiten.

Bitte beachten Sie

Die in dieser Broschüre genannten Symptome stellen keine vollständige Auflistung aller möglichen Nebenwirkungen dar. Bitte lesen Sie hierzu die Gebrauchsinformationen Ihrer Medikamente.



^a Klinische Studien wurden mit dem Aromatasehemmer Letrozol durchgeführt.

Empfehlungen zum Umgang mit Nebenwirkungen



Bei Übelkeit und Erbrechen

- Nehmen Sie das Medikament mit einer Mahlzeit ein und nicht auf leeren Magen.
- Essen Sie vermehrt kleinere Mahlzeiten und einen Snack vor dem Schlafengehen.
- Trinken Sie klare Flüssigkeiten (am besten kalt), z. B. Wasser, Ingwer- oder Kräutertee, um Flüssigkeitsmangel zu vermeiden.
- Vermeiden Sie Nahrungsmittel, die die Übelkeit verschlimmern können (z. B. scharfe, fettreiche oder stark zuckerhaltige Speisen).
- Wählen Sie leicht verdauliche Speisen, wie Putenfleisch, Kekse, Haferbrei, Laugengebäck, Reis oder klare Suppen.
- Bewegen Sie sich an der frischen Luft.



Bei Durchfall

- Essen Sie über den Tag verteilt mehrere kleinere Mahlzeiten.
- Vermeiden Sie Molkereiprodukte, Alkohol, Tabak, koffeinhaltige Getränke und scharfe, fettreiche (z. B. Frittiertes oder in Fett Gebackenes) und ballaststoffhaltige (z. B. Vollkornprodukte, Hülsenfrüchte) Speisen.
- Vermeiden Sie rohes Obst und Gemüse sowie säurehaltige Früchte bzw. Säfte.
- Trinken Sie große Mengen klarer Flüssigkeiten, z. B. Ingwer- oder Kräutertee, um Flüssigkeitsmangel zu vermeiden.



Bei Schwächegefühl und Müdigkeit

- Verteilen Sie Ihre körperliche Aktivitäten auf den gesamten Tag.
- Achten Sie auf einen regelmäßigen Schlafrhythmus.
- Legen Sie sich für kurze Nickerchen hin.
- Achten Sie auf eine ausgewogene Ernährung.
- Bewegen Sie sich an der frischen Luft.
Schon 15 Minuten können Ihr Energieniveau beträchtlich steigern.
- Führen Sie kein Fahrzeug und bedienen Sie keine Maschinen, wenn Sie sich kraftlos und schwindelig fühlen.



Bei Haarausdünnung/Haarausfall

- Waschen und bürsten Sie Ihr Haar schonend.
- Verwenden Sie eine Breitband-Sonnencreme mit LSF 30 oder höher und tragen Sie einen Hut, um die Kopfhaut vor der Sonne zu schützen.



Wenden Sie sich an Ihr Behandlungsteam, wenn Sie eine der hier oder in der Packungsbeilage aufgeführten Nebenwirkungen feststellen oder Sie Unterstützung im Umgang mit diesen benötigen!



Bei folgenden Symptomen sollten Sie achtsam sein und sich an Ihre Ärztin bzw. Ihren Arzt wenden

Informieren Sie unverzüglich Ihr Behandlungsteam, wenn Sie Folgendes feststellen:



Niedrige Anzahl unterschiedlicher Arten von Blutkörperchen

- Fieber, Schüttelfrost
- Schwächegefühl
- Häufig auftretende Infektionen mit Symptomen wie Halsschmerzen oder Mundgeschwüren



Ernsthafte Leberprobleme

- Gelbe Haut oder Gelbfärbung des Augenweißes
- Dunkler oder brauner Urin
- Übelkeit oder Erbrechen
- Schmerzen im rechten Oberbauch (Abdomen)
- Neigung zu Blutungen oder Blutergüssen



Anzeichen für Herzprobleme

- Schmerzen oder Engegefühl in der Brust
- Veränderung des Herzschlags (schneller oder langsamer)
- Herzklopfen
- Benommenheit, Ohnmachtsanfälle, Schwindelgefühl
- Blaufärbung der Lippen
- Kurzatmigkeit
- Schwellungen (Ödeme) an den unteren Gliedmaßen oder der Haut

Informieren Sie unverzüglich Ihr Behandlungsteam, wenn Sie Folgendes feststellen:



Hautreaktionen

- Ausgedehnter Hautausschlag, Hautrötung, Blasenbildung an Lippen, Augen oder Mund, Abschälen der Haut, Schleimhautschädigung
- Schwitzen, Fieber
- Juckende, trockene oder gelbe Haut
- Blutergüsse



Zeichen einer Sepsis (Infektion im Blutkreislauf)

- Schwerwiegende Infektion mit erhöhter Herzfrequenz
- Atemnot oder schnelle Atmung
- Fieber und Schüttelfrost



Interstitielle Lungenerkrankung/ Pneumonitis

- Entzündung der Lunge
- Trockener Husten
- Brustschmerzen, Fieber
- Kurzatmigkeit und Atembeschwerden



Mögliche Symptome

- Husten, Luftnot
- Kopfschmerzen
- Verstopfungen
- Rückenschmerzen
- Muskelkrämpfe
- Häufige Infektionen
- Trockene Augen

Wenn Sie Nebenwirkungen egal welcher Art feststellen, ist es wichtig, dass Sie Ihre Ärztin bzw. Ihren Arzt darüber informieren, damit sie bzw. er Sie ggf. behandeln kann.

Unter Umständen erhalten Sie folgende Ratschläge:

- Änderungen Ihres Lebensstils
- Einnahme weiterer Medikamente nebst Kisqali und dem Aromatasehemmer oder Fulvestrant
- Vorübergehende Unterbrechung der Behandlung oder Reduzieren der Kisqali-Dosis

Unterstützung gibt Orientierung

Mit der richtigen Unterstützung meistern Sie Ihren Alltag.

Nutzen Sie viele Arten von Hilfe

Es ist normal, dass während der Therapie immer wieder einmal neue Fragen auftauchen. Diese Broschüre soll Ihnen helfen, die Therapie zu verstehen und in Ihrem Alltag umzusetzen.

Neben Ihrer Ärztin bzw. Ihrem Arzt können Ihnen dann auch noch Patientenorganisationen zusätzliche wertvolle Auskünfte geben. Auf der Nebenseite finden Sie Internetadressen für weiterführende Informationen zu Ihrer Diagnose und Behandlung, Hilfe beim Umgang mit der medizinischen Versorgung und bei den gleichzeitigen täglichen Aktivitäten.

Die wichtigsten Infos immer griffbereit

Es werden sich im Alltag nicht nur neue Fragen stellen, sondern auch bestimmte Routinen der Therapie wiederholen. Auch darauf können Sie sich mit Hilfsmitteln gut vorbereiten.

Wir unterstützen Sie dabei mit Material, das Sie jeden Tag begleitet:

- Der Patientenpass fasst wichtige Informationen zu Ihrer Therapie zusammen – wie z. B. Dosierung, Termine und Sicherheitshinweise; zusätzlich enthält der Pass eine Patientenkarte für den Geldbeutel.
- Das Tagebuch hilft Ihnen bei der täglichen Dokumentation der Tabletteneinnahme.
- Der Wechselwirkungspass hilft der Apothekerin oder dem Apotheker, bei der Einlösung von Rezepten auf mögliche Unverträglichkeiten von anderen Medikamenten mit Kisqali, dem Aromatasehemmer oder Fulvestrant zu achten.

Kommunikation gibt Rückhalt

Bauen Sie unterstützende Beziehungen zu anderen Frauen mit fortgeschrittenem, metastasiertem Brustkrebs auf und zögern Sie nicht, auch Ihre behandelnde Ärztin bzw. Ihren behandelnden Arzt bei Fragen und Sorgen zu kontaktieren.

Weiterführende Informationen zum Thema Brustkrebs und zum Umgang mit Ihrer Erkrankung finden Sie auf folgender Webseite:

Leben mit Brustkrebs

www.Leben-mit-Brustkrebs.de

Organisationen, die Ihnen bei der Suche nach Unterstützung zur Seite stehen:

Allianz gegen Brustkrebs

www.allianz-gegen-brustkrebs.de

Frauenselbsthilfe nach Krebs

www.frauenselbsthilfe.de

Brustkrebs Deutschland

www.brustkrebsdeutschland.de

Mamazone

www.mamazone.de



Initiative MyTime – Momente wertvoll machen

Ein Kooperationsprojekt von „Mamma Mia! Das Brustkrebsmagazin“, Brustkrebs Deutschland e. V. und Novartis

Facebook: @Mytime.LebenmitBrustkrebs

„Wenn man fortgeschrittenen, metastasierten Brustkrebs hat, ist vieles ungewiss. Da ist es beruhigend zu wissen, dass ich nicht alleine bin.“

Glossar



Aromatasehemmer

Gruppe von Medikamenten, die die Menge des vom Körper produzierten Hormons Östrogen reduzieren

Dosis

Die Menge des Medikaments, die auf einmal eingenommen wird

Elektrokardiogramm (EKG)

Ein Test, der die Herzaktivität als Liniendiagramm darstellt. Eine Herzveränderung, die ein EKG erkennen kann, ist beispielsweise die QTc-Verlängerung, bei der die Zeit zwischen Herzschlägen länger ist als normal.

Elektrolyte

Mineralien im Blut mit einer elektrischen Aufladung, die sich auf verschiedene Körperfunktionen auswirken

Enzym

Eine Substanz in lebenden Organismen, die chemische Reaktionen auslöst

Fortschreiten bzw. Progression

Wenn sich die Krebserkrankung nach Tests oder Behandlungen verschlimmert bzw. ausbreitet

Fulvestrant

Blockiert die Wirkung von Östrogen im Körper, wodurch das Wachstum von *hormonrezeptorpositivem* Krebs verlangsamt werden kann

Hormon

Eine chemische Substanz im Körper, die die Aktivitäten von Zellen bzw. Organen steuert

Hormonrezeptorpositiv (HR+)

Weist auf Krebszellen mit Hormonrezeptoren hin. Über diese *Rezeptoren* gelangen Hormone in die Zellen und fördern das Tumorwachstum.

Letrozol

Ein Medikament zur Verringerung des vom Körper produzierten Östrogens, wodurch das Wachstum von *hormonrezeptorpositivem* Krebs verlangsamt werden kann

LHRH-Agonist

Verringert die Bildung von Östrogen und dadurch die Konzentration im Körper

Metastasierter Brustkrebs

Fortgeschrittene Erkrankung, bei der sich Tochtergeschwülste an anderen Stellen des Körpers gebildet haben

Nebenwirkung

Ein durch eine Behandlung verursachtes unerwünschtes Symptom

Östrogen

Ein Hormon, das auf natürliche Weise im Körper vorkommt und das unter Umständen das Wachstum von Krebszellen fördert

Protein

Ein großes Molekül, das aus einer Kette kleiner chemischer Verbindungen, sogenannter Aminosäuren, besteht. Proteine machen die Struktur aller Zellen aus und steuern deren Funktion.

Rezeptor

Ein Protein im Inneren oder auf der Oberfläche einer Zelle, an dem sich Substanzen anbinden können

Weißes Blutkörperchen

Ein Typ der Blutkörperchen, mit dem der Körper Infektionen abwehrt

Zyklus

Eine Behandlungsphase, die regelmäßig mit Ruhephasen dazwischen wiederholt wird

Bildnachweise

Stock-Fotos von Getty Images.

Mit Models gestellt.

Titel: © Jacob Wackershausen

S. 5: © shurkin_son

S. 7: © jeffbergen

S. 8: © MangoStar_Studio

S. 11: © MStudiolmages

S. 13: © Portra

S. 17: © Warowee Meepian

S. 19: © Drazen Zigic

Die 3 Fragen des Glücks

Eine wundervolle Gewohnheit – fast ein Ritual – sind die 3 Fragen des Glücks.

Dr. Luc Isebaert hat dieses Instrument entwickelt, das schon vielen Menschen geholfen hat, wieder glücklich zu sein.

Vielleicht hilft es Ihnen, die Fragen und Ihre Antworten darauf in ein besonderes Glücksbuch zu schreiben und vor dem Schlafengehen darin zu lesen.

1. Was habe ich heute getan, das mich glücklich oder zufrieden gemacht hat?

.....
.....

2. Was haben andere heute getan, das mich glücklich macht?
Was habe ich daraufhin getan, damit es die anderen wissen oder es wieder tun?

.....
.....

3. Was habe ich heute gehört, gerochen, gefühlt, gesehen oder erfahren, das mich glücklich gemacht hat?

.....
.....

Notizen



A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page.



Im Medizinischen InfoService kümmern sich Ärzt*innen, Apotheker*innen und Naturwissenschaftler*innen gerne um Ihr Anliegen und informieren Sie.



Informationen rund um Produkte von Novartis im Hinblick auf ...

- Einnahme und Wirkung der Präparate und Wirkstoffe
- Anwendung, Handhabung und Lagerung
- Kombinationen und Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln und Substanzen
- Anwendungsgebiet, Hintergründe zur Erkrankung und Therapien

Wie bieten ...

- Individuelle Informationen im persönlichen Austausch
- Informations- & Servicematerialien



Telefon

+49 911 273 12 100^a



E-Mail

infoservice.novartis@novartis.com



Webseite

www.infoservice.novartis.de



Live Chat

www.chat.novartis.de^a



Fax

+49 911 273 12 160

^a Mo. bis Fr. von 08:00 bis 18:00 Uhr

Bitte beachten Sie:

Die Kommunikation über die angegebenen Telefon- und E-Mail-Kontakte erfolgt in der Regel auf Deutsch.

Novartis Pharma GmbH

Nürnberg

www.novartis.de

www.leben-mit-brustkrebs.de

 **NOVARTIS**