

Nehmen Sie sich die **Zeit!**

REMINDER. Der Knoten im grünen Armband erinnert daran, dass Früherkennung Leben retten kann. Zu bestellen unter: frueh-erkennen.at

Wird ein Knoten in der Brust rechtzeitig entdeckt, stehen die Chancen auf Heilung sehr gut. Deshalb ist das **SCREENING ZUR FRÜHERKENNUNG** so wichtig. Drei ORF-Stars und zwei Ärztinnen erklären in einem Round-Table-Gespräch, wie und warum sie sich für das Programm einsetzen.

REDAKTION: PIA KRUCKENHAUSER



ELISABETH ENGSTLER, 55
MODERATORIN

CHRISTA KUMMER, 50
MODERATORIN

MARIANNE BERNHART, 61
ONKOLOGIN

VERA RUSSWURM, 55
MODERATORIN

EVA LEHNER-ROTHE, 38
GYNÄKOLOGIN

FOTOS: PHILIPP HORAK

Für viele ist ein regelmäßiges Brustströntgen selbstverständlich. Doch es gibt auch Frauen, die sich noch keine Gedanken darüber gemacht haben. Dabei kann die Mammografie Leben retten. Deshalb haben die österreichischen Krankenkassen das Screening-Programm zur Früherkennung von Brustkrebs eingeführt. Frauen zwischen 45 und 69 können mit der e-card automatisch alle zwei Jahre zur Untersuchung gehen. Für Frauen ab 40 und über 70 gibt es die Möglichkeit, sich selbst für das Programm anzumelden. Immerhin erkrankt jede achte Frau im Laufe ihres Lebens an Brustkrebs. Dank Aufklärungsarbeit, Früherkennungsprogrammen und wissenschaftlicher Forschung werden inzwischen 80 Prozent der Betroffenen wieder gesund. Wie wichtig diese Früherkennung ist, darauf macht derzeit eine Kampagne im ORF aufmerksam. Bekannte Frauen, denen die Gesundheit der Österreicherinnen am Herzen liegt, erinnern uns daran, zur Untersuchung zu gehen. Für WOMAN trafen sich die drei teilnehmenden ORF-Stars Elisabeth Engstler, Christa Kummer und Vera Russwurm, die programmverantwortliche Onkologin Marianne Bernhart (die jüngere Schwester von First Lady Margit Fischer) und Frauenärztin Eva Lehner-Rothe zum Round-Table-Gespräch. Alle Infos zum Screening finden Sie außerdem auf Seite 92.

„MAMMOGRAFIE KOSTET NICHTS UND TUT NICHT WEH. ABER SIE KANN LEBEN RETTEN!“
WOMAN: Frau Russwurm, Frau Kummer, Frau Engstler: Sie sind derzeit in einem Werbespot für das österreichische Brustkrebs-Früherkennungsprogramm zu sehen. Warum machen Sie bei der Kampagne mit? Sie stellen Ihr Gesicht sicher nicht so schnell für etwas zur Verfügung ...
RUSSWURM: Ich stelle mein Gesicht gern für sinnvolle Dinge zur Verfügung. Schon wenn wir einer einzigen Frau helfen, dass ihr Brustkrebs früh genug entdeckt wird und sie deshalb geheilt werden kann, haben wir viel getan. Dieses Karzinom kann nämlich, im Unterschied zu anderen Krebsarten, geheilt werden – wenn es rechtzeitig diagnostiziert wird!
KUMMER: Ich will darauf aufmerksam machen, dass es in Österreich dieses



IM GESPRÄCH. Christa Kummer (l.), Vera Russwurm (u. r.) und Marianne Bernhart (u. l.) haben eine gemeinsame Botschaft: Vorsorge ist wichtig!

»Ich hatte vor 15 Jahren einen Knoten in der Brust. Gott sei Dank harmlos. Aber da wird einem schon anders.«

CHRISTA KUMMER, 50,
MODERATORIN



Angebot zur Früherkennung gibt. Denn in vielen Ländern ist man nicht in der glücklichen Lage, einfach mit der e-card in den Genuss dieser Untersuchung zu kommen. Leider treten wir unser wirklich gutes Sozialversicherungssystem manchmal mit Füßen und nehmen das Angebot für unsere Gesundheit nicht wahr.
RUSSWURM: Ich finde es ganz wichtig, sich dieses bisschen Zeit für die eigene Gesundheit zu nehmen. Das sollte so selbstverständlich sein wie mit Freundinnen auf einen Kaffee zu gehen. Ein Mal im Jahr zum Gynäkologen, ein Mal zum Zahnarzt, alle zwei Jahre zur Mammografie. Wenn man das oft genug betont, wird das irgendwann so selbstverständlich wie Zähne putzen. Ich möchte nicht wissen, was da vor 100 Jahren üblich war ...
WOMAN: Was ist Ihre Motivation, Frau Engstler?
ENGSTLER: Es ist eine Kampagne, die ohne Angst funktioniert. Ich glaube, Angst, dass ein Knoten gefunden wird, ist oft der Grund, warum sich Frauen ihre Brust nicht untersuchen lassen. Aber diese Vogel-Strauß-Politik kann einem das Leben kosten. Ich glaube ganz generell, dass uns die Angst am meisten krank macht. Deshalb plädiere ich auch dafür, sich immer wieder mit sich selbst auseinanderzusetzen. So

lernt man sich besser kennen, schaut mehr auf sich. Das macht viel aus.
LEHNER-ROTHE: Gott sei Dank erlebe ich hier bei meinen Patientinnen schon viel Verantwortungsbewusstsein. Vor allem jüngeren Frauen ist klar, wie wichtig regelmäßige Untersuchungen sind. Das Auto bringen wir ja auch ein Mal im Jahr zum Service, genauso achtsam sollten wir mit unserem Körper umgehen. Wenn junge Frauen mit diesem Bewusstsein heranwachsen, schaffen wir es, das in der Bevölkerung zu verankern.
BERNHART: Das Früherkennungsprogramm richtet sich in erster Linie an Frauen zwischen 45 und 69. In diesem Alter gehen viele nicht mehr unbedingt regelmäßig zum Gynäkologen, der sie zur Mammografie schickt. Eine Überweisung ist jetzt nicht mehr nötig, die Frauen können mit der e-card einfach alle zwei Jahre zur Untersuchung kommen. Und sie werden vielleicht auch darauf aufmerksam, dass sie wieder einmal zum Frauenarzt gehen sollten.
WOMAN: Hatten Sie denn persönlich oder im Umfeld schon Erfahrung mit Brustkrebs?
KUMMER: Ich hatte vor ungefähr 15 Jahren einen Knoten in der Brust. Der hat sich Gott sei Dank bei der Mammografie als harmlose Zyste entpuppt. Aber da wird einem schon anders. >>

» **RUSSWURM:** In meiner Familie gab es vor rund zehn Jahren einen Fall. Die Betroffene hat das durch Abtasten in Selbstuntersuchung entdeckt. Zum Glück gilt sie inzwischen als geheilt.

LEHNER-ROTHE: Der Arzt hat hier eine große Verantwortung. Ich erkläre jeder Patientin, wie das Screening-Programm funktioniert, das dauert ja nicht lange. Außerdem taste ich immer die Brust ganz genau ab und zeige auch, wie man das zu Hause macht. Das ist offensichtlich nicht selbstverständlich. Es gehört aber zu jeder gynäkologischen Untersuchung dazu!

WOMAN: Durch das Programm kann die Früherkennung jetzt mit System durchgeführt werden. Welche weiteren Vorteile hat es gegenüber der Situation davor?

BERNHART: Die Qualität des Bruströntgens ist deutlich gestiegen. Die Auflösung der Geräte ist wesentlich besser, man kann schon ganz kleine Veränderungen erkennen. Das verringert ja auch psychisches Leid, wenn etwa die Brust nicht abgenommen werden muss.

ENGSTLER: Ich möchte auch betonen: Es tut nicht weh! Auch nicht, wenn man einen großen Busen hat. Außerdem kostet es nichts, kann aber Leben retten. Angst ist also unnötig. Ich persönlich finde es auch jedes Mal sehr erleichternd, wenn ich nach dem Termin herauskomme

und weiß: Alles ist in Ordnung.

BERNHART: Mir ist noch ganz wichtig: Das Programm dient der Früherkennung bei gesunden Frauen. Wenn jemand zu einer Risikogruppe gehört oder Beschwerden hat, dann kann der Vertrauensarzt natürlich jederzeit und sofort eine Überweisung ausstellen.

RUSSWURM: Es gibt ja auch Länder, die das Screening im Alter stoppen. Das finde ich wirklich arg ...

BERNHART: Alle tun das. Österreich ist das einzige Land, in dem das nicht so ist. Dafür werden wir auch international sehr gelobt. ■

»Ich stelle mein Gesicht gern für sinnvolle Dinge zur Verfügung. Wenn wir nur einer Frau mit Brustkrebs helfen, haben wir viel getan.«

VERA RUSSWURM, 55, MODERATORIN



ROUND TABLE. Im Do & Co am Stephansplatz diskutierten VIP-Frauen, Expertinnen und WOMAN-Redakteurin (l.).

BEWUSSTSEIN. Das Abtasten der Brust gehört zu jeder gynäkologischen Untersuchung dazu, wie Dr. Eva Lehner-Rothe (u.) betont.



»Es ist eine Kampagne, die ohne Angst funktioniert. Und ich glaube, dass es gerade auch die Angst ist, die uns krank macht.«

ELISABETH ENGSTLER, 55, MODERATORIN

Die wichtigsten Fragen zum Screening

BRUSTKREBS IST DER HÄUFIGSTE KREBS BEI FRAUEN. DESHALB WERDEN SIE ZWISCHEN 45 UND 69 ALLE ZWEI JAHRE ZUR MAMMOGRAFIE EINGELADEN.

Was genau ist das Brustkrebs-Screening-Programm? Alle zwei Jahre laden die Krankenkassen Frauen zum Bruströntgen, also zur Mammografie, ein. Die Untersuchung hilft, einen eventuellen bösartigen Knoten bereits im Frühstadium zu erkennen und entsprechend medizinisch darauf zu reagieren. Das Screening ist ein Früherkennungsprogramm, keine Krebsvorsorge.

Wer fällt in die Zielgruppe? Für alle Frauen zwischen 45 und 69 ist die e-card automatisch alle zwei Jahre für eine Mammografie freigeschaltet. Frauen ab 40 oder über 70 können freiwillig am Programm teilnehmen, sie melden sich einfach über die Servicehotline an.

Was ist, wenn ich ein erhöhtes Risiko habe? Das Screening richtet sich an gesunde Frauen ohne Krankengeschichte oder familiäre Vorbelastung. Wenn es in Ihrer Familie bereits Brustkrebs gab oder Sie selbst schon einmal daran erkrankt sind, sind das besondere Voraussetzungen. Ihr Arzt überweist Sie, wann immer es nötig ist, zur Mammografie.

Warum gibt's die Mammografie nur alle zwei Jahre? Es gibt keine einzige Studie, die zeigt, dass eine jährliche Untersuchung mehr Nutzen bringt als eine zweijährige. Denn mit einer Röntgenuntersu-

chung sind auch Risiken verbunden. Die Strahlung reichert sich im Brustgewebe, besonders vor dem Wechsel, an. Über die Langzeitwirkung gibt es noch keine aussagekräftigen Studien. Sollte Verdacht auf einen Knoten bestehen, kann Ihr Arzt Sie aber selbstverständlich jederzeit zur Untersuchung überweisen.

Wie wichtig ist eine Ultraschalluntersuchung? Ist das Brustgewebe sehr dicht, mit vielen Drüsen, ist ein Röntgen nicht immer aussagekräftig genug. Dann wird eine Ultraschalluntersuchung gemacht. Es kommt also auf die Beschaffenheit der Brust an. Der Radiologe klärt im Einzelfall, ob ein Ultraschall nötig ist.

Ich habe noch keinen Einladungsbrief bekommen. Stimmt etwas nicht? Die Einladungen, die als Erinnerung für die Untersuchung dienen, werden nach Jahrgängen verschickt. Innerhalb von zwei Jahren bekommt jede Frau in der Zielgruppe einen Brief. Das Programm läuft erst seit 18 Monaten, es kann also sein, dass Ihr Jahrgang noch nicht an der Reihe war.

Wo bekomme ich mehr Informationen? Auf der Homepage frueh-erkennen.at finden Sie alle Infos zur Vorsorge. Außerdem gibt es eine eigene Service-Hotline (0800 500 181).