



# Gemeinsam gegen Brustkrebs

Risikofaktoren und Früherkennung

Eine Information der Krebsliga



## Impressum

### \_Herausgeberin

Krebsliga Schweiz  
Effingerstrasse 40  
Postfach 8219  
3001 Bern  
Tel. 031 389 91 00  
Fax 031 389 91 60  
info@krebsliga.ch  
www.krebsliga.ch  
PK 30-4843-9

### \_Projektleitung

Barbara Iseli Sczepanski, Leiterin  
Präventionsprogramm Brustkrebs,  
Krebsliga Schweiz, Bern

### \_Autorin

Dr. med. Eva Ebnöther, Zollikon

### \_Textbegleitung

Dr. med. Karin Huwiler und  
Expertengruppe Brustkrebsprävention,  
Krebsliga Schweiz, Bern

### \_Fotos

Titel: Claude Stahel, Zürich  
S. 4: Reinhard Eisele, Project Photos  
GmbH & Co. KG, D-Walchensee

### \_Design

Wassmer Graphic Design, Zäziwil

### \_Druck

Rub Media AG, Wabern

Diese Broschüre ist auch in französischer  
und italienischer Sprache erhältlich.

© 2010, 2011, 2012, 2013  
Krebsliga Schweiz, Bern  
4., überarbeitete Auflage

# Inhaltsverzeichnis

<b>Editorial</b>	<b>5</b>
<b>Risikofaktoren für Brustkrebs</b>	<b>6</b>
Nicht beeinflussbare Risikofaktoren	6
Risikofaktoren, die mit dem Lebensstil zusammenhängen	7
<b>Brustkrebs-Früherkennung</b>	<b>8</b>
Die Mammografie	8
Brustkrebs-Früherkennung durch Mammografie	8
Erwünschte Auswirkungen der Brustkrebs-Früherkennung im Rahmen von Programmen	9
Unerwünschte Auswirkungen der Brustkrebs-Früherkennung	10
Wann ist eine Mammografie sinnvoll?	11
<b>Was können Sie selbst tun?</b>	<b>12</b>
Information und Beratung	12
Brustkrebs-Früherkennung	12
Hormonpräparate	12
Stillen	13
Selbstuntersuchung der Brust	13
Bei Beschwerden zum Arzt	13
Gesund leben	13
<b>Weitere Informationen</b>	<b>14</b>



# Dem Risiko Brustkrebs aktiv begegnen

Liebe Leserin

In der Schweiz ist Brustkrebs mit Abstand die häufigste Krebserkrankung bei Frauen. Pro Jahr erfahren rund 5500 Frauen – und auch 30 bis 40 Männer –, dass sie Brustkrebs haben. Viele Frauen möchten wissen, welche Faktoren das Brustkrebsrisiko erhöhen und ob sie ihr individuelles Risiko senken können.

Diese Broschüre erläutert die wichtigsten Risikofaktoren für Brustkrebs. Leider lassen sich die Risikofaktoren, die am meisten ins Gewicht fallen, nicht beeinflussen. Dazu gehören das Geschlecht, das Alter, die Vererbung und der natürliche Hormonstoffwechsel. Mit einem gesunden Lebensstil lässt sich jedoch das Risiko, an Brustkrebs zu erkranken, senken. Brustkrebs kann zwar nicht verhindert, aber früh erkannt werden. Wird eine Krebserkrankung früh entdeckt, ist die Behandlung oft einfacher und die Überlebenschancen der betroffenen Frauen sind im Allgemeinen höher.

Die wichtigste Methode zur Früherkennung von Brustkrebs bei Frauen ab 50 Jahren ist die Mammografie. Diese Broschüre informiert über die erwünschten und unerwünschten Auswirkungen der Früherkennung von Brustkrebs und über die Situation bezüglich Mammografie-Screening in der Schweiz.

Die Krebsliga Schweiz empfiehlt und unterstützt die Brustkrebs-Früherkennung durch Mammografie-Screening bei Frauen ab 50 Jahren, durchgeführt im Rahmen von qualitätskontrollierten Programmen. Damit nimmt die Krebsliga Schweiz die gleiche Haltung ein wie die Weltgesundheitsorganisation (WHO).

Die Krebsliga möchte jede Frau dazu ermutigen, sich mit ihrem individuellen Brustkrebsrisiko auseinanderzusetzen und für sich zu entscheiden, welche Früherkennungsuntersuchungen sie wann und wo in Anspruch nehmen will.

*Ihre Krebsliga*

# Risikofaktoren für Brustkrebs

**Manche Risikofaktoren für Brustkrebs lassen sich nicht beeinflussen. Andere Risikofaktoren sind eng mit dem persönlichen Lebensstil verbunden – sie lassen sich oft vermeiden oder zumindest reduzieren.**

## Nicht beeinflussbare Risikofaktoren

Der wichtigste Risikofaktor für Brustkrebs ist das weibliche Geschlecht. Auch Männer können an Brustkrebs erkranken, doch tritt die Krankheit bei ihnen sehr selten auf.

Ein weiterer wichtiger Risikofaktor ist das Alter: Mit zunehmendem Alter steigt das Erkrankungsrisiko. Vier von fünf Brustkrebspatientinnen sind bei der Diagnose über 50 Jahre alt.

Auch die Familiengeschichte spielt eine wichtige Rolle. Eine Frau, deren Mutter, Schwester oder Tochter an Brustkrebs erkrankt ist, hat ebenfalls ein erhöhtes Brustkrebsrisiko.

Etwa 5 bis 10 Prozent aller Brustkrebserkrankungen sind auf eine erbliche Veranlagung zurückzuführen. Im Erbgut der betroffenen Frauen sind bestimmte Gene so verändert, dass das Risiko für die

Entwicklung von Brustkrebs stark erhöht wird. Etwa die Hälfte der erblich bedingten Brustkrebsfälle ist auf eine Veränderung der Gene BRCA1 und/oder BRCA2 (von engl. BReast-CAnCer) zurückzuführen.

Der körpereigene Hormonstoffwechsel beeinflusst das Brustkrebsrisiko ebenfalls. Je länger das Geschlechtshormon Östrogen im Körper einer Frau wirken kann, umso grösser ist ihr Brustkrebsrisiko. Daher haben Frauen ein erhöhtes Brustkrebsrisiko, die ihre erste Menstruation vor dem 12. Geburtstag oder ihre letzte Menstruation nach dem 55. Geburtstag hatten. Auch Frauen, die das erste Kind nach dem 30. Geburtstag geboren haben oder kinderlos sind, haben ein grösseres Risiko.

Weitere Risikofaktoren für Brustkrebs sind bestimmte medizinische Befunde an den Brüsten, eine Bestrahlung im Bereich der Brust oder eine Erkrankung an Gebärmutter- oder Eierstockkrebs.

## Risikofaktoren, die mit dem Lebensstil zusammenhängen

Bei Frauen, die eine über mehrere Jahre andauernde Kombinations-Hormontherapie (Östrogene und Gestagene) wegen Wechseljahresbeschwerden machen, erhöht sich das Brustkrebsrisiko. Heute geht man davon aus, dass eine Therapie ausschliesslich mit Östrogenen das Brustkrebsrisiko nicht erhöht. Letztere kommt aber nur nach einer Gebärmutterentfernung infrage. Werden die Hormonpräparate abgesetzt, geht das Krebsrisiko wieder zurück. Frauen, die eine Hormontherapie in Betracht ziehen, sollten sorgfältig zwischen möglichem Nutzen und Risiko abwägen. Während der Hormontherapie sind regelmässige ärztliche Kontrollen unerlässlich, und die Therapie sollte nur so lange wie nötig durchgeführt werden.

Auch wenn eine Frau die Antibabypille einnimmt, hat sie während dieser Behandlung ein leicht erhöhtes Brustkrebsrisiko. Hört die Frau mit der hormonellen Verhütung auf, so geht dieses Risiko wieder zurück.

Frauen, die nach der Menopause übergewichtig sind oder übergewichtig werden, haben ein erhöhtes Brustkrebsrisiko: Östrogen wird auch im Fettgewebe produziert, deshalb stehen übergewichtige Frauen unter stärkerem Östrogen-Einfluss. Eine ausgewogene Ernährung mit viel Früchten und Gemüse kann mithelfen, Übergewicht zu vermeiden.

Auch Alkohol erhöht das Brustkrebsrisiko. Aus diesem Grund ist es empfehlenswert, Alkohol nur in kleinen Mengen und nicht täglich zu konsumieren.

Frauen, die sich regelmässig bewegen, haben ein tieferes Brustkrebsrisiko. Noch steht aber nicht fest, wie viel Bewegung nötig ist, damit das Risiko – im Vergleich zu Frauen, die sich kaum bewegen – wirklich abnimmt.

# Brustkrebs-Früherkennung

**Mit Früherkennungsmassnahmen kann Brustkrebs in einem frühen Stadium entdeckt werden. Die Mammografie ist bei Frauen ab 50 Jahren die wichtigste Methode, um Brustkrebs zu erkennen, noch bevor Symptome auftreten. Wissenschaftliche Studien zeigen, dass mit einem qualitätskontrollierten Mammografie-Programm Brustkrebstodesfälle verhindert werden können.**

Das Ziel der Brustkrebs-Früherkennung besteht darin, Brustkrebs in einem frühen Stadium zu entdecken, wenn der Krebs noch keine Beschwerden bereitet. Wird Brustkrebs früh entdeckt, ist die Behandlung oft einfacher, die Lebensqualität und die Überlebenschancen der betroffenen Frau sind im Allgemeinen höher.

Die wichtigste Methode zur Früherkennung von Brustkrebs ist – bei Frauen ab 50 Jahren – die Mammografie.

Ultraschalluntersuchungen werden allenfalls zusätzlich bei unklaren Mammografie-Befunden oder bei dichtem Drüsengewebe durchgeführt. Untersuchungen mit Magnetresonanztomografie (MRI, MRT) werden zur Abklärung von unklaren Befunden sowie bei jungen Frauen mit stark erhöhtem Brustkrebsrisiko durchgeführt. Frauen jeden Alters wird empfohlen, ungewöhnliche Veränderungen der Brust mit einem Arzt oder einer Ärztin zu besprechen.

## Die Mammografie

Der Begriff Mammografie bezeichnet eine Röntgenuntersuchung der Brust. Mammografien zeigen allfällige Veränderungen der Brust, z. B. Hinweise auf Brustkrebs. Bei Frauen ab 50 Jahren ist die Mammografie die wichtigste Methode zur Früherkennung von Brustkrebs. Die Mammografie kommt auch zur Diagnosestellung, wenn bei einer Frau Symptome vorhanden sind, zum Einsatz.

Wenn die Mammografie einen verdächtigen Befund zeigt, soll dieser weiter abgeklärt werden. Ergänzende Untersuchungen sind beispielsweise eine Ultraschalluntersuchung oder die Entnahme einer Gewebeprobe (Biopsie).

## Brustkrebs-Früherkennung durch Mammografie

Brustkrebs-Früherkennung durch Mammografie erfolgt idealerweise innerhalb eines Programms. Wo dies nicht möglich ist, muss das



Thema mit der Ärztin oder dem Arzt besprochen werden.

Innerhalb eines Brustkrebs-Früherkennungsprogramms werden Frauen, die keine Beschwerden der Brust haben, systematisch und regelmässig alle zwei Jahre zur Mammografie eingeladen. Andere Begriffe für Brustkrebs-Früherkennungsprogramme sind beispielsweise Mammografie-Programm, Brustkrebs-Screening oder Mammografie-Screening.

## Erwünschte Auswirkungen der Brustkrebs-Früherkennung im Rahmen von Programmen

Wissenschaftliche Studien zeigen, dass mit einem qualitätskontrollierten Mammografie-Programm Brustkrebstodesfälle verhindert werden können. Von 1000 Frauen, die im Alter von 50 Jahren beginnen, alle 2 Jahre am Mammografie-Screening teilzunehmen, erhalten im Laufe von 10 Jahren 24 Frauen die Diagnose Brustkrebs. In diesem Zeitraum sterben vier an Brustkrebs; ohne Screening wären es fünf Frauen. Über diese 10 Jahre verhindert das Screening also einen Brustkrebstodesfall.

Die Qualitätsanforderungen bei Mammografien, die innerhalb von

Programmen gemacht werden, sind höher als bei Mammografien, die auf individueller Basis durchgeführt werden. Die Röntgenassistentinnen, welche die Mammografien im Rahmen von Programmen durchführen, sind speziell ausgebildet. Ärzte und Ärztinnen, die die Mammografien beurteilen, müssen Erfahrung und regelmässige Weiterbildung vorweisen. Ausserdem wird jede Mammografie zwingend von zwei verschiedenen Ärzten oder Ärztinnen beurteilt – bei Bedarf wird eine Drittmeinung eingeholt. Auch für die Mammografie-Geräte bestehen Qualitätsanforderungen, sodass die Aufnahmen unter optimalen Bedingungen gemacht werden können und Mammografie-Bilder bestmöglich lesbar sind.

Von 1000 Frauen von 50–59 Jahren, die alle zwei Jahre gescreent werden:

> erhalten die Diagnose Brustkrebs	24
(4 davon nicht im Screening)	
> sterben an Brustkrebs:	4
Im Vergleich: Frauen ohne Screening	5
> Verhinderte Brustkrebstodesfälle	1
> Sterben nicht an Brustkrebs	20
> Sterben an einer anderen Krankheit	32
> Haben $\geq 1$ weitere Untersuchung zur Abklärung eines auffälligen Befundes	200
> Erhalten eine Überdiagnose	4

Nach Zwahlen und Egger, Therapeutische Umschau 2013

## Unerwünschte Auswirkungen der Brustkrebs-Früherkennung

Bei der grossen Mehrheit der Frauen, die eine Mammografie zur Früherkennung von Brustkrebs durchführen lassen, zeigen sich keine verdächtigen Veränderungen. Von 1000 Frauen, die im Alter von 50 Jahren beginnen, regelmässig alle zwei Jahre am Mammografie-Screening teilzunehmen, werden im Laufe von 10 Jahren 200 einen auffälligen Befund erhalten. Bei etwa 180 dieser Frauen stellt sich bei weiteren Untersuchungen heraus, dass es sich um eine gutartige Veränderung handelt. Die Mammografie war bei diesen Frauen sogenannten «falsch-positiv». Die Untersuchungen und die Ungewissheit können für die betroffene Frau belastend sein.

Es ist möglich, dass eine Frau Brustkrebs hat, dieser aber auf der Mammografie nicht sichtbar ist oder nicht erkannt wird. Bei dieser Frau liegt dann ein «falsch-negativer» Befund vor. Von 1000 Frauen ab 50 Jahren, die während 10 Jahren am Screening teilnehmen, ist dies bei 5 Frauen der Fall.

Die Mammografie erlaubt, Brustkrebs in einem nicht weit fortgeschrittenen Stadium zu entdecken.

Dabei werden auch Tumoren entdeckt, die der betroffenen Frau wahrscheinlich nie Beschwerden bereiten würden («Überdiagnose»). Pro verhinderten Brustkrebstodesfall werden etwa vier Überdiagnosen gestellt.

Leider ist es heute nicht möglich vorauszusagen, welche Tumoren ungefährlich bleiben; deshalb wird empfohlen, alle entdeckten Tumoren zu behandeln. Das bedeutet, dass manche Frauen eine belastende Behandlung durchmachen müssen, obwohl diese bei ihnen eigentlich nicht nötig gewesen wäre.

Es kann auch sein, dass ein Krebs gefunden und behandelt wird, der nicht mehr heilbar ist.

Röntgenstrahlen können schädlich sein. Bei einer Mammografie ist die Strahlendosis sehr klein. Der Nutzen der Früherkennung wird von Fachleuten als klar grösser eingeschätzt als das Risiko durch die Strahlenbelastung.

### Die Haltung der Krebsliga Schweiz

Die Krebsliga Schweiz empfiehlt und unterstützt Mammografie-Screening-Programme, die gemäss den europäischen Qualitätsrichtlinien durchgeführt werden. Damit nimmt die Krebsliga Schweiz die gleiche Haltung ein wie die Weltgesundheitsorganisation (WHO).

## Wann ist eine Mammografie sinnvoll?

### 1. Abklärung bei Beschwerden oder Veränderungen der Brust

Bei einer Frau mit Beschwerden oder ungewohnten Veränderungen der Brust wird mit einer Mammografie (oder anderen Untersuchungsmethoden) abgeklärt, ob allenfalls Brustkrebs vorliegen könnte. Die Mammografie bei Beschwerden oder Veränderungen der Brust ist eine Pflichtleistung der Krankenversicherung.

### 2. Brustkrebs-Früherkennung bei familiärer Belastung

Eine Frau, deren Mutter, Schwester oder Tochter bereits an Brustkrebs erkrankt ist, hat ein erhöhtes Brustkrebsrisiko. Ihr wird empfohlen, ihre Situation mit der Ärztin oder dem Arzt zu besprechen, damit individuelle Massnahmen geplant werden können – beispielsweise regelmässige Früherkennungsuntersuchungen schon in jüngerem Alter. Die Mammografie bei familiärer Belastung ist eine Pflichtleistung der Krankenversicherung. Bei jüngeren Frauen mit stark erhöhtem Risiko wird auch das MRI (Magnetresonanztomografie) zur Früherkennung von Brustkrebs eingesetzt.

### 3. Brustkrebs-Früherkennung ohne familiäre Belastung (Mammografie-Screening)

In den Kantonen Bern, Freiburg, Genf, Graubünden, Jura, Neuenburg, St. Gallen, Thurgau, Waadt und Wallis bestehen Programme, in denen Frauen ab 50 Jahren alle zwei Jahre eingeladen werden, eine Früherkennungs-Mammografie machen zu lassen. In den übrigen Kantonen gibt es bis heute keine Programme. In verschiedenen Kantonen sind jedoch politische Prozesse im Gange. (Stand: Juni 2013). Die Teilnahme ist freiwillig. Die Früherkennungs-Mammografie im Rahmen eines Programms ist eine Pflichtleistung der Krankenversicherung. Diese Leistung ist von der Franchise befreit – allenfalls fällt ein Selbstbehalt an.

In den Kantonen ohne Screening-Programm muss eine Frau, welche eine Früherkennungs-Mammografie machen möchte, dieses Anliegen mit der Ärztin oder dem Arzt besprechen. In diesem Fall stellen die Kosten für die Früherkennungs-Mammografie keine Pflichtleistung der obligatorischen Krankenversicherung dar. Allenfalls werden die Kosten von einer Zusatzversicherung übernommen.

# Was können Sie selbst tun?

**Brustkrebs kann jede Frau treffen. Frauen können aber dazu beitragen, dass ihr Brustkrebsrisiko möglichst gering bleibt und dass – im Fall einer Erkrankung – Brustkrebs möglichst früh entdeckt wird.**

## Information und Beratung

Lassen Sie sich von Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt beraten, wenn Sie zu den Frauen gehören, deren Risiko für Brustkrebs erhöht ist:

- > Brustkrebs bei nahen Verwandten (Mutter, Schwester, Tochter)
- > Erbliche Veranlagung für Brustkrebs und/oder Eierstockkrebs
- > Bösartige Erkrankung der Eierstöcke

## Brustkrebs-Früherkennung

In vielen Kantonen (siehe S. 11) bestehen Programme, in denen Frauen ab 50 Jahren alle zwei Jahre eingeladen werden, beinahe kostenlos eine Früherkennungs-Mammografie machen zu lassen. Die Teilnahme ist freiwillig. Wägen Sie den individuellen Nutzen und die persönlichen Risiken ab, bevor Sie sich für oder gegen eine Screening-Mammografie

entscheiden. Wenn es in Ihrem Kanton kein Programm gibt, besprechen Sie das Thema Brustkrebs-Früherkennung mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt.

## Hormonpräparate

Die Einnahme von bestimmten Hormonpräparaten kann das Risiko, an Brustkrebs zu erkranken, erhöhen.

- > Bevor Sie sich für die Anwendung von Hormonpräparaten zur Schwangerschaftsverhütung oder zur Behandlung von Wechseljahresbeschwerden entscheiden, lassen Sie sich die Vorteile und Risiken von Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt genau erklären. Eventuell gibt es Alternativen, die für Sie besser geeignet sind.
- > Wenn Sie ein Hormonpräparat anwenden, gehen Sie in regelmässigen Abständen zur ärztlichen Kontrolle.

## Stillen

Studien zeigen, dass bei Frauen, die über längere Zeit gestillt haben, das Brustkrebsrisiko leicht sinkt.

## Selbstuntersuchung der Brust

Die Selbstuntersuchung der Brust ist eine einfache Methode, Veränderungen der Brust wahrzunehmen.

Sie ist jedoch kein Ersatz für eine ärztliche Untersuchung oder für eine Mammografie zur Früherkennung von Brustkrebs. Studien zur regelmässigen Selbstuntersuchung konnten nicht aufzeigen, dass diese die Anzahl der Brustkrebstodesfälle zu reduzieren vermag. Dennoch ist nicht ausgeschlossen, dass im Einzelfall eine Frau von der regelmässigen Selbstuntersuchung der Brüste profitieren kann.

## Bei Beschwerden zum Arzt

Wenn Sie an Ihren Brüsten ungewöhnliche Veränderungen bemerken, lassen Sie diese so rasch wie möglich von der Ärztin oder vom Arzt abklären:

- > Knoten oder Verhärtungen an den Brüsten oder in den Achselhöhlen
- > Veränderung der Grösse, Form oder Farbe der Brust
- > Hautveränderungen, z. B. Rötungen oder Einziehungen
- > Einziehung der Brustwarzen oder blutige Absonderung aus den Brustwarzen
- > Schmerzen oder Spannen, das sich anders anfühlt als bei der Monatsblutung

## Gesund leben

Sorgen Sie für einen möglichst gesunden Lebensstil. Damit senken Sie das Risiko für verschiedene Erkrankungen.

- > Übergewicht vermeiden
- > Für genügend Bewegung sorgen
- > Alkohol nur in kleinen Mengen und nicht täglich konsumieren
- > Ausgewogen und abwechslungsreich essen, mit vielen Früchten und viel Gemüse
- > Nicht rauchen

# Weitere Informationen

## Unterstützung und Beratung – die Krebsliga in Ihrer Region

### **Krebsliga Aargau**

Milchgasse 41  
5000 Aarau  
Tel. 062 834 75 75  
Fax 062 834 75 76  
admin@krebssliga-aargau.ch  
www.krebssliga-aargau.ch  
PK 50-12121-7

### **Krebsliga beider Basel**

Mittlere Strasse 35  
4056 Basel  
Tel. 061 319 99 88  
Fax 061 319 99 89  
info@klbb.ch  
www.klbb.ch  
PK 40-28150-6

### **Bernische Krebsliga**

**Ligue bernoise  
contre le cancer**  
Marktgasse 55  
Postfach 184  
3000 Bern 7  
Tel. 031 313 24 24  
Fax 031 313 24 20  
info@bernischekrebsliga.ch  
www.bernischekrebsliga.ch  
PK 30-22695-4

### **Ligue fribourgeoise contre le cancer**

**Krebsliga Freiburg**  
route St-Nicolas-de-Flüe 2  
case postale 96  
1705 Fribourg  
tél. 026 426 02 90  
fax 026 426 02 88  
info@liguecancer-fr.ch  
www.liguecancer-fr.ch  
CP 17-6131-3

### **Ligue genevoise contre le cancer**

11, rue Leschot  
1205 Genève  
tél. 022 322 13 33  
fax 022 322 13 39  
ligue.cancer@mediane.ch  
www.lgc.ch  
CP 12-380-8

### **Krebsliga Graubünden**

Alexanderstrasse 38  
Postfach 368  
7000 Chur  
Tel. 081 252 50 90  
Fax 081 253 76 08  
info@krebssliga-gr.ch  
www.krebssliga-gr.ch  
PK 70-1442-0

### **Ligue jurassienne contre le cancer**

rue des Moulins 12  
2800 Delémont  
tél. 032 422 20 30  
fax 032 422 26 10  
ligue.ju.cancer@bluewin.ch  
www.liguecancer-ju.ch  
CP 25-7881-3

### **Ligue neuchâtoise contre le cancer**

faubourg du Lac 17  
case postale  
2001 Neuchâtel  
tél. 032 721 23 25  
LNCC@ne.ch  
www.liguecancer-ne.ch  
CP 20-6717-9

### **Krebsliga Ostschweiz**

Flurhofstrasse 7  
9000 St. Gallen  
Tel. 071 242 70 00  
Fax 071 242 70 30  
info@krebssliga-ostschweiz.ch  
www.krebssliga-ostschweiz.ch  
PK 90-15390-1

### **Krebsliga Schaffhausen**

Rheinstrasse 17  
8200 Schaffhausen  
Tel. 052 741 45 45  
Fax 052 741 45 57  
info@krebssliga-sh.ch  
www.krebssliga-sh.ch  
PK 82-3096-2

### **Krebsliga Solothurn**

Hauptbahnhofstrasse 12  
4500 Solothurn  
Tel. 032 628 68 10  
Fax 032 628 68 11  
info@krebssliga-so.ch  
www.krebssliga-so.ch  
PK 45-1044-7

### **Thurgauische Krebsliga**

Bahnhofstrasse 5  
8570 Weinfelden  
Tel. 071 626 70 00  
Fax 071 626 70 01  
info@tgkl.ch  
www.tgkl.ch  
PK 85-4796-4

### **Lega ticinese**

**contro il cancro**  
Piazza Nosetto 3  
6500 Bellinzona  
Tel. 091 820 64 20  
Fax 091 820 64 60  
info@legacancro-ti.ch  
www.legacancro-ti.ch  
CP 65-126-6

### **Ligue vaudoise contre le cancer**

place Pépinet 1  
1003 Lausanne  
tél. 021 623 11 11  
fax 021 623 11 10  
info@lvcc.ch  
www.lvcc.ch  
CP 10-22260-0

### **Ligue valaisanne contre le cancer**

**Krebsliga Wallis**  
Siège central:  
rue de la Dixence 19  
1950 Sion  
tél. 027 322 99 74  
fax 027 322 99 75  
info@lvcc.ch  
www.lvcc.ch  
Beratungsbüro:  
Spitalzentrum Oberwallis  
Überlandstrasse 14  
3900 Brig  
Tel. 027 970 35 41  
Mobile 079 644 80 18  
Fax 027 970 33 34  
info@krebssliga-wallis.ch  
www.krebssliga-wallis.ch  
CP/PK 19-340-2

### Krebsliga Zentralschweiz

Hirschwammstrasse 29  
6303 Luzern  
Tel. 041 210 25 50  
Fax 041 210 26 50  
info@krebssliga.info  
www.krebssliga.info  
PK 60-13232-5

### Krebsliga Zug

Alpenstrasse 14  
6300 Zug  
Tel. 041 720 20 45  
Fax 041 720 20 46  
info@krebssliga-zug.ch  
www.krebssliga-zug.ch  
PK 80-56342-6

### Krebsliga Zürich

Moussonstrasse 2  
8044 Zürich  
Tel. 044 388 55 00  
Fax 044 388 55 11  
info@krebssligazuerich.ch  
www.krebssligazuerich.ch  
PK 80-868-5

### Krebshilfe Liechtenstein

Im Malarsch 4  
FL-9494 Schaan  
Tel. 00423 233 18 45  
Fax 00423 233 18 55  
admin@krebshilfe.li  
www.krebshilfe.li  
PK 90-3253-1

## Weitere Organisationen

### «Leben wie zuvor»

Schweizer Verein für Frauen nach Brustkrebs  
Tel. 061 711 91 43, info@leben-wie-zuvor.ch  
www.leben-wie-zuvor.ch

### Brustoperierte Frauen (Zentralschweiz)

Kontaktstelle: Krebsliga Zentralschweiz  
Tel. 041 210 25 50, info@krebssliga.info

### «Vivre comme avant»

Association d'aide aux femmes atteintes d'un cancer du sein  
tél. 032 435 60 75, mobile 079 638 84 27  
doudou.ljc@bluewin.ch  
www.vivre-comme-avant.ch

### Marrainage Cancer du Sein

permanence 7/7, 365 jours/365  
Genève: tél. 078 622 37 44  
marrainage@savoirpatient.ch  
Valais: tél. 079 840 16 66  
marrainage@savoirpatient.ch  
Vaud: tél. 021 623 11 30  
marraines.cancerdusein@gmail.com

### Association Savoir Patient (ASAP)

#### Réseau Cancer du Sein

Agir ensemble pour améliorer les soins et la qualité de vie.  
Tél. 022 379 49 76/78  
rcs@savoirpatient.ch, www.savoirpatient.ch

### Gruppo «Sostegno pazienti EOC»

Centro di Senologia EOC, Tel. 079 605 12 60  
sostegno.senologia@gmail.com

### English Speaking Cancer Association (ESCA)

Office: Phone 022 791 63 05  
Helpline (outside of office hours):  
Phone 079 531 55 11  
info@cancersupport.ch, www.cancersupport.ch

### English Speaking Cancer Support Group in Basel

cancersupportbasel@gmail.com  
www.cancersupportbasel.wordpress.com

### Europa Donna Schweiz

Das Schweizer Brustkrebs-Forum  
Tel. 041 480 47 15  
sekretariat@europadonna.ch  
www.europadonna.ch

### swiss cancer screening

Schweizerischer Verband der Krebs-  
Früherkennungsprogramme  
Effingerstrasse 40, Postfach 8219  
3001 Bern, Tel. 031 389 93 52  
www.swisscancerscreening.ch

Hier erhalten Sie die Adressen der Früherkennungsprogramme, die Broschüre «Früherkennung durch Mammografie: Brustkrebs frühzeitig erkennen – Heilungschancen verbessern» sowie weitere Informationen zur Brustkrebs-Früherkennung.

## Krebsliga Schweiz

Effingerstrasse 40  
Postfach 8219  
3001 Bern  
Tel. 031 389 91 00  
Fax 031 389 91 60  
info@krebssliga.ch  
www.krebssliga.ch  
PK 30-4843-9

## Krebstelefon

Tel. 0800 11 88 11  
Montag bis Freitag  
9–19 Uhr  
Anruf kostenlos  
helpline@krebssliga.ch

## Krebsforum

www.krebsforum.ch,  
das Internetforum der  
Krebsliga

## Cancerline

www.krebssliga.ch/cancerline,  
der Chat für Kinder und  
Jugendliche zu Krebs

## Wegweiser

www.krebssliga.ch/wegweiser,  
ein Internetverzeichnis  
der Krebsliga zu psycho-  
sozialen Angeboten  
(Kurse, Beratungen etc.)  
in der Schweiz

## Rauchstopp-Linie

Tel. 0848 000 181  
max. 8 Rappen pro Minute  
(Festnetz)  
Montag bis Freitag  
11–19 Uhr

## Broschüren

Tel. 0844 85 00 00  
shop@krebssliga.ch  
www.krebssliga.ch/  
broschueren

Ihre Spende freut uns.

## Spendenkonto 30-4843-9



**krebsliga**

Gemeinsam gegen Brustkrebs



Überreicht durch Ihre Krebsliga: