



Brustuntersuchung



Schwarzer Hautkrebs



Lungenkrebs im rechten Lungenoberlappen

# KREBSVORSORGE

Krebserkrankungen sind oft schwere Erkrankungen, die das ganze soziale Umfeld der Erkrankten betreffen und belasten. Mit einer modernen Krebstherapie können heute schon viele Tumore geheilt werden, oder Patienten können zumindest länger und mit guter Lebensqualität leben. Trotzdem ist es sehr wichtig, Krebskrankheiten zu verhindern. Für die medizinische Behandlung ist eine Früherkennung unabdingbar, weil damit die Heilungschancen oft besser sind.

## PRIMÄRE PRÄVENTION

Darunter werden Massnahmen verstanden, die verhindern sollen, dass Krebs überhaupt entsteht. Rauchen fördert bekanntlich Lungenkrebs; entsprechend ist bei Nichtrauchern diese Erkrankung eine Seltenheit. Übermässiger Alkoholkonsum kann zu Speiseröhrenkrebs führen; bei einer moderaten Einnahme ist diese Krebsart seltener.

Bei ungeschützter Sonnenexposition besteht ein deutlich grösseres Risiko an einem bösartigen Hautkrebs zu erkranken, als bei einem Verzicht auf Sonnenexposition oder einem entsprechend guten Schutz mit Bekleidung und Sonnencreme.

Auch am Arbeitsplatz ist es wichtig, sich gegebenenfalls vor krebserzeugenden Stoffen zu schützen.

## SEKUNDÄRE PRÄVENTION UNTERSUCHUNGEN ZUR FRÜHERKENNUNG VON KREBS

### Brustuntersuchung

Jede Frau sollte ihre Brüste regelmässig einmal pro Monat abtasten. Für das Abtasten sind die Tage gegen Ende der Monatsblutung gut geeignet. Frauen ohne Monatsblutung wählen am besten einen fixen Tag im Monat. Auf diese Weise lernt die Frau ihre Brust gut kennen und kann Veränderungen, die über einen Zentimeter gross sind, wahrnehmen und bei ihrem Haus- oder Frauenarzt weiter abklären lassen.

### Gebärmutterhalsuntersuchung

Bei einer jährlichen gynäkologischen Untersuchung wird dem Gebärmutterhals ein so genannter «Abstrich» entnommen. Unter dem Mikroskop können die entnommenen Zellen auf Krebsvorstufen untersucht werden.

### Prostatauntersuchung

Die Prostata kann vom Enddarm her vom Arzt abgetastet werden. Falls die Prostata sich sehr hart oder uneben anfühlt, kann das ein Hinweis auf Prostatakrebs sein. Idealerweise wird diese Untersuchung mit einer Blutuntersuchung ergänzt, bei der das PSA bestimmt wird. Es handelt sich dabei um ein spezielles Eiweiss, welches bei einem Prostatakrebs erhöht sein kann.

Dr. med. Christoph Gwerder  
Facharzt für Medizinische  
Onkologie

Ärzteteam des TumorZentrums  
Fachärztinnen und Fachärzte für  
Medizinische Onkologie

Dr. med. Guido Brun del Re  
Dr. med. Thomas Furrer  
Dr. med. Christoph Gwerder  
Dr. med. Luca Leupin  
Dr. med. Christine Maria Thürig

TumorZentrum Bern  
Klinik Beau-Site  
Schänzlihalde 11  
3000 Bern 25

## Hautuntersuchung

Jeder Mensch hat auf seiner Haut Flecken und Muttermale. Wenn diese an Grösse zunehmen, die Farbe ändern oder bluten, sollten sie dem Haut- oder Hausarzt gezeigt werden. Im Zweifelsfall werden auffällige Hautveränderungen chirurgisch entfernt. Auf diese Weise ist es möglich, einen bösartigen Hautkrebs zu verhindern oder zu heilen.

## Suche nach verstecktem Blut im Stuhl

Vorstufen eines Darmkrebses oder eines bösartigen Darmkrebses können unbemerkt und unsichtbar zu Blutverlust über den Stuhl führen.

Eine Stuhlprobe kann sehr einfach auf Blutspuren untersucht werden. Falls Blut nachgewiesen wird, muss eine Darmspiegelung vorgenommen werden. Zu bemerken ist, dass eine negative Stuhlprobe einen Blutabgang nicht ganz ausschliesst.

## Darmspiegelung

Bei einer Darmspiegelung kann der gesamte Dickdarm auf Polypen, die als Krebsvorstufen gelten, untersucht werden. Wenn solche vorhanden sind, können sie im Rahmen der Untersuchung unmittelbar schmerzlos entfernt werden.



Dickdarmpolyp

# DIE BERNISCHE KREBSLIGA

**Als einzige Organisation befasst sich die Bernische Krebsliga mit allen Aspekten der Krebserkrankungen und mit der Gesamtsituation der Betroffenen. Die Kernaufgaben der Liga sind die Beratung und Unterstützung von Betroffenen und Angehörigen, die Linderung der Folgen von Krebserkrankungen sowie die Förderung der Krebsforschung und der Weiterbildung von onkologischem Fachpersonal.**

## Information

Die Liga informiert über verschiedene Aspekte der Krebserkrankung

- auf der Homepage [www.bernischekrebsliga.ch](http://www.bernischekrebsliga.ch)
- durch Abgabe von Broschüren
- durch Ausleihe von Büchern

## Psychosoziale Beratung

Die psychosoziale Beratung richtet sich an Personen, die von Krebs betroffen sind sowie an deren Angehörige und Bezugspersonen in allen Phasen des Krankheitsverlaufes und der Krankheitsverarbeitung.

Die Liga unterstützt und fördert Hilfe Suchende darin,

- sich mit den körperlichen, seelischen, sozialen, materiellen und existenziellen Aspekten der Krankheit und deren Behandlung auseinanderzusetzen.

– eine möglichst gute Lebensqualität zu bewahren und die Folgen der Krebserkrankung zu lindern.

## Förderung von Weiterbildung und Forschung

Mit der Vergabe von finanziellen Beiträgen zur Durchführung von klinisch orientierten und laborgebundenen Forschungsprojekten will die Liga die Kenntnisse über Krebserkrankungen und Therapiemöglichkeiten sowie über die Prävention fördern.

Zudem kann sich die Bernische Krebsliga in Einzelfällen an akademischen wie nichtakademischen Weiter- und Fortbildungsvorhaben beteiligen.

Projekte, die zum Ziel haben, Lücken im Dienstleistungsangebot des Kantons Bern zu schliessen oder die Qualität der bestehenden Dienstleistungen zu erhöhen, können so unterstützt werden.

## Finanzierung der Bernischen Krebsliga

Als vereinsmässig organisierte Non-Profit-Organisation ist die Bernische Krebsliga auf eine breite ideelle und finanzielle Unterstützung angewiesen. Ihre Aktivitäten werden grösstenteils über Mitgliedschafts-Beiträge, Spenden und Legate finanziert.

## INFOSTELLEN

### Brustkrebs

[www.breastcancer.ch](http://www.breastcancer.ch)

### Darmkrebs

[www.swisscancer.ch/darmkrebs-nie](http://www.swisscancer.ch/darmkrebs-nie)

### Hautkrebs

[www.hauttyp.ch](http://www.hauttyp.ch)

[www.melanom.ch](http://www.melanom.ch)

### Rauchen

[www.letitbe.ch](http://www.letitbe.ch)

Bernische Krebsliga

Ligue bernoise contre le cancer

### Bernische Krebsliga

Marktgasse 55

3000 Bern 7

T 031 313 24 24

F 031 313 24 20

[info@bernischekrebsliga.ch](mailto:info@bernischekrebsliga.ch)

[www.bernischekrebsliga.ch](http://www.bernischekrebsliga.ch)