St. Vincenz-Krankenhaus
Datteln

Brust-Tastkurse

Gesundheitstag- Evangelischer Kirchenkreis Dortmund

31.5.2017

Brustkrebs

- Ist die häufigste Krebserkrankung der Frau
- Jede 9. Frau erkrankt in ihrem Leben an Brustkrebs
- Das mittlere Erkrankungsalter ist 63 Jahre
- Jüngste Patientin: 27
- Älteste Patientin: 95

Brustkrebs

- 1% der Männer haben Brustkrebs
- 10% aller Brustkrebserkrankungen werden vererbt

Brustkrebs in Deutschland

- 2005 hatten wir 57.000 Neuerkrankungen/Jahr
- 18.000 Sterbefälle/Jahr
- 2014 hatten wir 70000 Neuerkrankungen/Jahr
- Die Inzidenz nimmt zu
- Die Mortalität nimmt ab

Brustkrebs

- Wer ist also gefährdet?

Risikofaktoren für Brustkrebs

- Familiäre Belastung
- Z.n. kontralateralen Brustkrebs
- Vorausgegangene gutartige Brusterkrankungen z.B. ADH/CLIS
- Überlebende nach kindl.Tumoren mit therapeutischer Brustwandbestrahlung z.B. M.Hodgkin

Risikofaktoren für Brustkrebs

- **Einfluss weiblicher Hormone**: Menarche < 11Lbj, Menopause>54 Lbj, späte erste Entbindung >30Lbj, wenig Stillen, Hormonersatztherapie in der Menopause >5Jahre
- **Dichte der Brustdrüse** (Postmenopausal Dichte Grad 4)
- **Ungesunde Lebensweise** (postmenopausal Übergewicht, BMI>30, Diabetes Typ II, SS-diabetes)

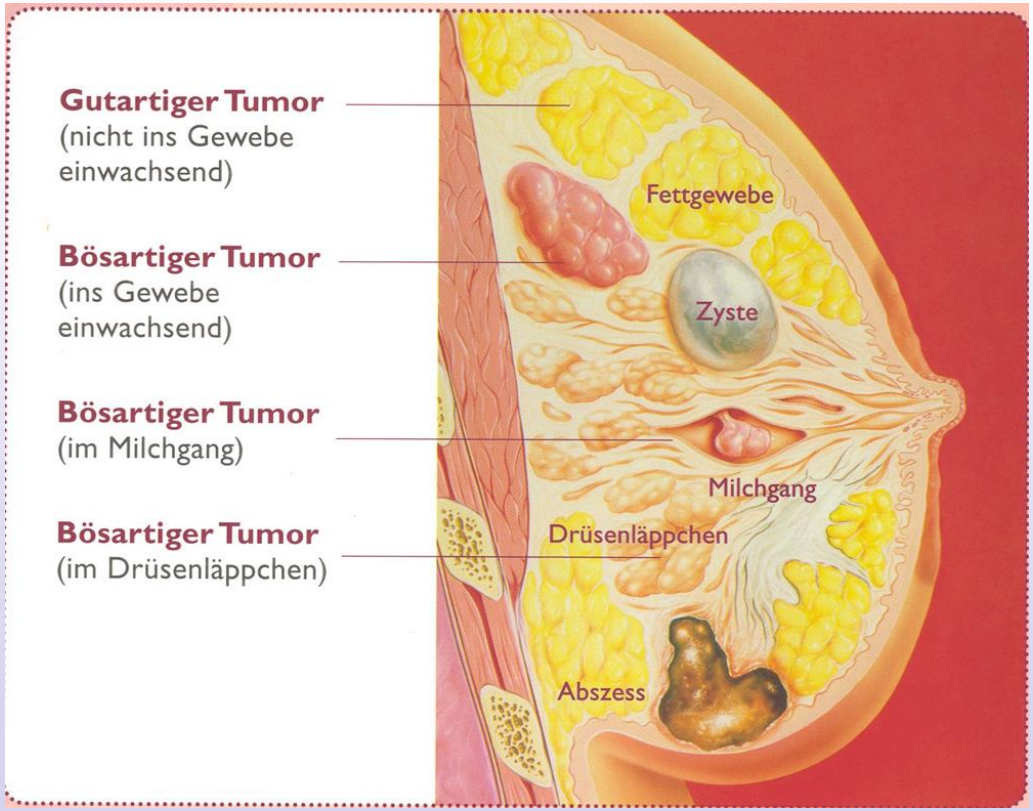
Risikofaktoren für Brustkrebs

- Alkoholgenuss
- Nikotin
- Schlafmangel (Nacht/Schichtarbeit)
- Verminderte körperliche Aktivität
- Nahrungszusammensetzung

Was beeinflusst die Entdeckungsrate der Carcinome?

- Zusammensetzung der Brust
- Größe der Brust
- Histologische Typ des Carcinoms
- Lage des Tumors
- Sensitivität der Untersuchungsart
- Qualität des Untersuchers

Tastbare Knoten



Durchschnittliche Größe bei der der Tumor erkannt wird

- 2cm: bei gelegentlicher Palpation
- 1cm: bei regelmäßiger Palpation
- 4-5 mm in der Bildgebung bei günstiger Brust

Was kann ich selbst zur Brustkrebsvorsorge machen?

St. Vincenz-Krankenhaus
Datteln

Brüste sich ansehen und abtasten

Wann mache ich es?

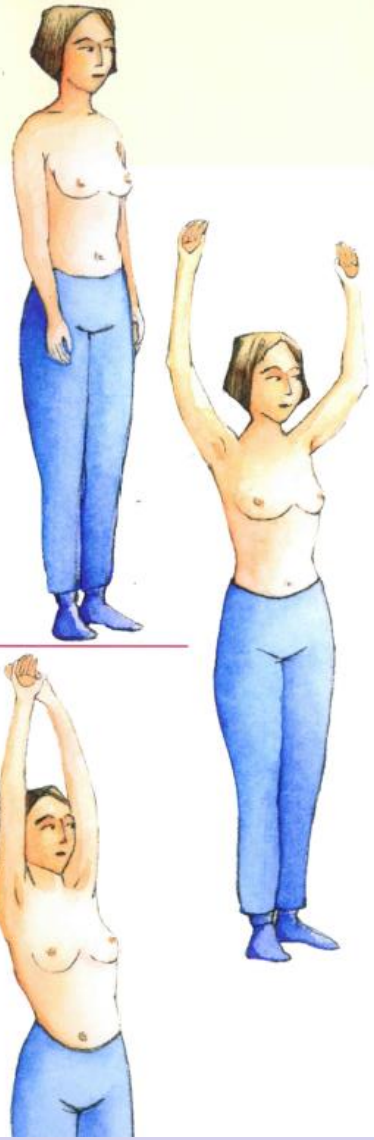
- Monatlich, ca 3- 7 Tage nach Beginn der Regelblutung
- Wenn die Periode nicht mehr auftritt, regelmäßig einmal im Monat
- Bei einer Hormontherapie in den Wechseljahren 1 Woche nach Beginn der neuen Monatspackung

Wie mache ich es?

Ich schau mir meine Brüste vor einem Spiegel an, und achte auf:

- Veränderungen an der Brustwarze
- Größe der Brust
- Formveränderungen
- Hautoberfläche

Betrachten Sie Ihre Brüste in verschiedenen Stellungen:



Lassen Sie die Arme seitlich des Körpers hängen.

Nehmen Sie die Arme in die Höhe.

Drehen Sie sich zuerst zur einen, dann zur anderen Seite – jeweils 1 x mit angelegten und 1 x mit hochgestreckten Armen.

Stemmen Sie die Hände in die Hüften und pressen sie fest, um die Brustmuskeln anzuspannen.

Nun lehnen Sie sich nach vorne – mit und ohne Anspannung der Muskulatur.

Zum Schluss verschränken Sie die Hände hinter dem Kopf.

Mamillensekretion

Abb. 7 ◀ **Charakteristisches Bild einer Galaktorrhö mit Austritt milchiger Flüssigkeit aus mehr als einem Milchgang**

Abb. 9 ◀ **Klinischer Aspekt einer pathologischen Sekretion. Häufigste Färbungen sind gelblich, grün, braun oder schwarz**

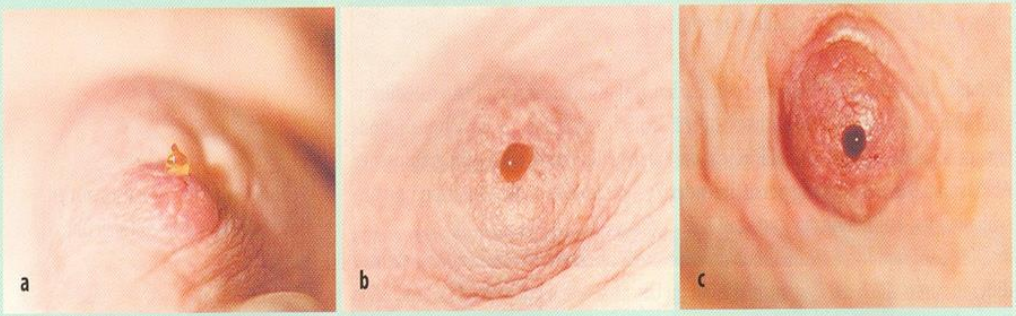


Abb. 8 ▲ **Erscheinungsbild einer serösen (a), serosanguinolenten (b) und schwärzlich-blutigen Sekretion der Mamille (c). In a und b ist die Sekretion durch ein Milchgangspapillom verursacht, hinter der Sekretion bei c stand ein 0,3 cm großes invasiv-duktales Mammakarzinom**

Brustverformung

Brustverformung

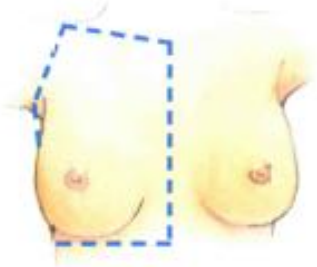
Brustverformung

Hautveränderung

St. Vincenz-Krankenhaus
Datteln

Tastuntersuchung

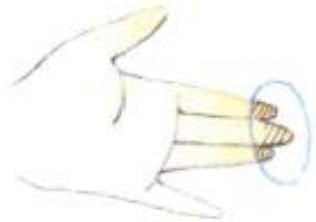
Was taste ich ab?



Welche Brustbereiche sind zu untersuchen?

Die Brust reicht vom Schlüsselbein oben, bis zur Umschlagfalte unten und vom Brustbein bis zur Mitte der Achselhöhle.

Womit taste ich?



Womit ist zu tasten?

Gebrauchen Sie den flach aufliegenden Teil Ihrer drei mittleren Finger.
Die rechte Hand untersucht die linke Brust und umgekehrt.

Tasten- wie und mit wieviel Druck

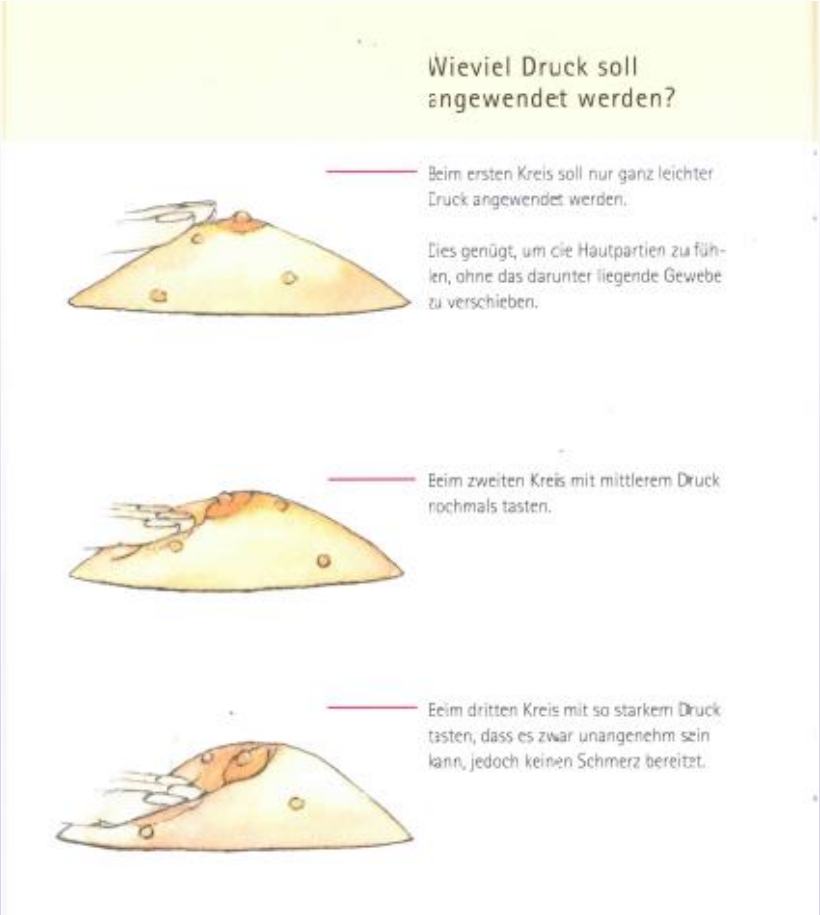
Wie ist zu tasten?

An jeder Taststelle bewegen Sie die Fingerkuppen dreimal kreisförmig.

Die drei kleinen Kreise sollten in der Größe eines 10 Cent Stückes sein und werden jeweils mit unterschiedlichem Druck ausgeführt.

3 Finger
3x

Wieviel Druck soll angewendet werden?



leicht

mittel

fest

In welcher Körperhaltung soll getastet werden?

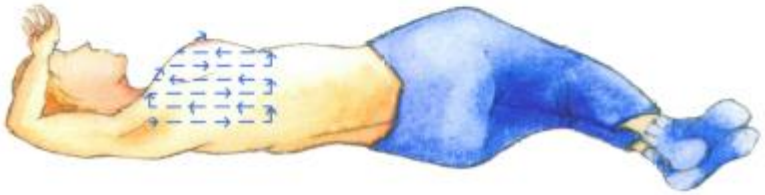
In dieser Position beginnen Sie mit der Tastuntersuchung in der Mitte der Achselhöhle.

Tasten Sie auf- und abwärts, in dicht nebeneinander liegenden parallelen Bahnen (vergleichbar mit „Rasenmähen").

Jeden einzelnen Untersuchungspunkt auf diesen Bahnen führen Sie in Kreisbewegungen und in den drei verschiedenen Druckstärken aus.

Zwischen den Untersuchungskreisen sollen keine Stellen ausgelassen werden, auch nicht zwischen den einzelnen Bahnen.

Halb-Seitenlage, angewinkelte Beine, Schultern in Rückenlage



Sobald Sie bei der Untersuchung die Brustwarze erreicht haben, halten Sie die Brust mit Ihren Fingern in Höhe der Brustwarze fest. Nun drehen Sie sich bitte flach auf den Rücken.

Der Arm auf der zu untersuchenden Seite soll in einem Winkel von 90 Grad zur Seite gestreckt sein.

Nun setzen Sie die begonnene Untersuchung, Bahn für Bahn und Punkt für Punkt bis zur Mitte des Brustbeins fort.

Den Bereich ober- und unterhalb des Schlüsselbeins tasten Sie zum Schluss zusätzlich in fast waagerechten Bahnen.

St. Vincenz-Krankenhaus
Datteln

Herzlichen Dank für ihre Aufmerksamkeit

Ihre

Dr. Dorothee Drüppel

Chefärztin der Frauenklinik u. Brustzentrum Datteln