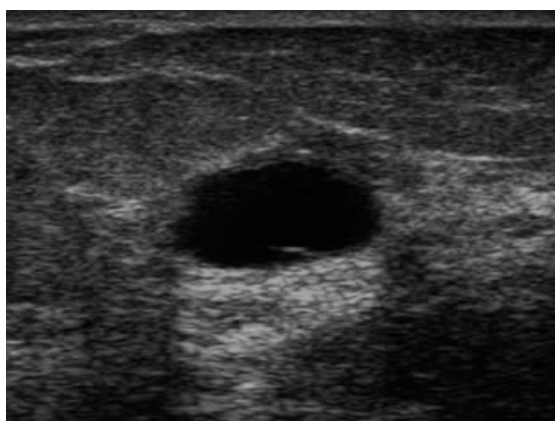




Praxis aktuell

Im Kampf gegen Krebs: Früherkennung mit Brust- und Vaginalultraschall



Ultraschallbild einer in diesem Fall harmlosen Zyste in der Brust.
Foto: Dr. med. Keilbach

Krebs ist die zweithäufigste Todesursache bei Frauen. Allein in Deutschland erkranken jährlich rund 55.000 Frauen an Brustkrebs. Frauen im Alter von 35 bis 64 Jahren sterben am häufigsten an Brust- oder Gebärmutterhalskrebs. Zwar sind Diagnostik und Früherkennung besser geworden, die Operationsmethoden genauer und die Medikamente zielgerichteter, dennoch stellen regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen immer noch das beste Mittel im Kampf gegen den Krebs dar. Generell gilt: Je früher der Krebs festgestellt wird, desto besser sind die Heilungschancen. „Wird der Brustkrebs beispielsweise in einem sehr frühen Stadium entdeckt, liegt die Heilungsrate bei 80 bis 90 Prozent“, sagt Dr. med. Jakob Keilbach.

Ab dem 20. Lebensjahr sollte jede Frau einmal jährlich zur Krebsvorsorgeuntersuchung gehen. Zur gängigen Untersuchungsmethode gehört dabei zunächst das Abtasten der Brust auf Verhärtungen. „Die sogenannte Palpation der Brust ist ein wichtiger Bestandteil der Prävention. Jede Frau kann sie in dem Zeitraum zwischen den Arztterminen selbst zu Hause durchführen“, so Dr.

Keilbach (siehe Informationskasten). Dennoch reicht die Anwendung dieser Untersuchungsmethode allein nicht aus, denn Verhärtungen, die tiefer liegen, lassen sich nicht ertasten. Die Ärzte greifen deshalb unter anderem auf die Mammographie, die Magnetresonanztomographie und auf den Brust-Ultraschall zurück.

Im Gegensatz zur Mammographie, der Untersuchung der Brust mittels Röntgenstrahlen, verursacht die Diagnose mit dem Ultraschall jedoch keine belastenden Strahlen, ist effektiv und völlig schmerzfrei. Hierzu trägt der Gynäkologe Gel auf die Haut auf und streicht dann mit einem sogenannten Schallkopf, der Schallwellen aussendet, über die Brust. Etwaige Krebsherde werden auf einem Bildschirm als unregelmäßige Flecken dargestellt. „Die Ultraschalluntersuchung wird trotz ihrer guten

Diagnosemöglichkeit leider nicht von den gesetzlichen Krankenkassen als Vorsorgeuntersuchung übernommen. Sie zählt zu den individuellen Gesundheitsleistungen, die die Patientinnen selbst bezahlen müssen“, so Dr. Keilbach.

Dies gilt auch für den sogenannten Vaginal-Ultraschall, den die Gynäkologen zur Diagnose von Eierstock- und Gebärmutterkrebs heranziehen. Bei dieser Untersuchungsmethode wird ein Ultraschallstab in die Scheide eingeführt, wodurch sich die Eierstöcke und die Gebärmutter auf dem Bildschirm darstellen lassen. Dadurch können Veränderungen in den Organen frühzeitig sichtbar gemacht werden, lange, bevor der Arzt sie überhaupt tasten kann. Dr. Jakob Keilbach: „Das Frühstadium von Eierstock- oder Gebärmutterkrebs lässt sich per Palpation nicht diagnostizieren. Die Untersuchung mittels Ultraschall optimiert die Krebsvorsorge deshalb erheblich“.

Ihr Frauenarzt informiert:

Selbstuntersuchung der Brust

Untersucht werden sollte der Bereich vom Schlüsselbein oben, zur Brustumschlagfalte unten und vom Brustbein in der Mitte bis zur Körperseite, an der eine gedachte Linie von der Mitte der Achselhöhle nach unten verläuft.

Getastet wird am besten mit den drei mittleren Fingern. Dabei die Fingerkuppen flach auf der Brust auflegen

und von außen nach innen über die Brust führen. Die Finger sollten dreimal kreisförmig einen rund zehn Cent großen Bereich abtasten.

Die Brustuntersuchung ist am wirkungsvollsten, wenn sie kurz nach der Menstruation durchgeführt wird. Ein Abtasten alle vier Wochen ist völlig ausreichend.



Praxis-Alltag

Pünktlichkeit ist eine Zier...

„Pünktlichkeit ist eine Zier, doch besser geht es ohne ihr.“ Wer kennt ihn nicht, diesen „berlinerisch“ gereimten Spruch. Insbesondere im Praxisalltag ist dieses eher saloppe Verständnis von Zeit und Verbindlichkeit jedoch nicht nur sehr hinderlich, sondern kann die gesamte Sprechstundenplanung durcheinander bringen. Zum Leidwesen der anderen Patientinnen, die erhebliche Wartezeiten in Kauf nehmen müssen und zum Leidwesen des Praxispersonals und der Ärzte, die durch die Terminverschiebungen unter Druck geraten.

„Selbstverständlich planen wir von vorneherein Pufferzeiten ein. Es kann sein, dass Wartezeiten aufgrund von unvorhersehbaren Befunden entstehen. Dafür hat jede Patientin hoffentlich Ver-

ständnis. Kommen aber Patientinnen regelmäßig zu spät zu ihrem Termin, entstehen lange Wartezeiten und die gesamte Tagesplanung ist gefährdet. Die Wartenden reagieren dann zu Recht ärgerlich“, so Dr. Keilbach.

Fünf Minuten vor dem Sprechstundentermin anwesend zu sein, ist deshalb nicht nur höflich, sondern zeugt von Wertschätzung gegenüber seinen Mitmenschen. Dazu gehört auch, dass ein Termin, der nicht eingehalten werden kann, rechtzeitig absagt wird. „Höflichkeit ist wie ein Luftkissen. Es mag wohl nichts drin sein, aber es mildert die Stöße des Lebens“, formulierte Arthur Schopenhauer treffend. Das Praxisteam bedankt sich für Ihr pünktliches Erscheinen im Voraus.

Beschwerden in der Schwangerschaft

Schlafstörungen



Bereits zu Beginn der Schwangerschaft ändert sich das Schlafverhalten vieler Frauen erheblich. Meist äußert sich das zunächst in Müdigkeit und einem höheren Schlafbedürfnis. Mit Fortschreiten der Schwangerschaft können jedoch verstärkter Harndrang und innere Unruhe den Schlaf zunehmend stören. Im letzten Schwangerschaftsdrittel führen die aufgrund der körperlichen Veränderun-

gen auferlegten und ungewohnten Schlafpositionen oft zu Schlaflosigkeit. „Um die innere Anspannung vor dem Zubetgehen zu lösen, helfen Bäder oder Massagen mit Lavendel- und Melissenöl“, so Hebamme Cathrin Kalmbach. Auch Tee aus Melisse, Johanniskraut, Baldrian und Hopfen zu jeweils gleichen Teilen hat eine beruhigende Wirkung. Entspannung lässt sich aber auch mit speziellen Techniken trainieren, wie z.B. mit dem Autogenen Training. Der ungewohnten Schlafposition kann mittels Lagerungshilfen, wie einem warmen Kirschkernkissen, entgegengewirkt werden. „Hilft dies alles nichts, besteht die Möglichkeit, auf homöopathische Mittel zurückzugreifen“, so Cathrin Kalmbach.

Liebe Leserinnen und Leser,

ab sofort erhalten Sie unsere Newsletter auch in unserem Newsletterarchiv auf unserer Homepage www.frauenaeerzte-rotebuehlplatz.de.

Info für Teens: Ist doch (gynäko)logisch!

Pille, Ja oder Nein?

Schluss, aus, vorbei: Das Ende der ersten großen Liebe ist eine sehr aufwühlende, emotionale und tränenreiche Erfahrung. Ist der erste Trennungsschmerz vorbei, scheint für viele Mädchen und junge Frauen der Einsatz der Pille ohne Freund sinnlos. Pille absetzen oder nicht? Das ist die Frage. Eines ist aber auf jeden Fall zu beachten: die angebrochene Monatspackung immer zu Ende nehmen, denn hört man mitten drin auf, gerät der Hormonhaushalt möglicherweise durcheinander.

Aber auch danach empfehlen Frauenärzte, die Pille erst mal weiter einzunehmen. „Obwohl es kurz nach einer Trennung unmöglich erscheint, kann es sein, dass man sich sehr schnell wieder verliebt. Wegen eines kurzen Zeitraums von zwei bis drei Monaten mit der Verhütung durch die Pille aufzuhören, lohnt sich nicht“, so Dr. med. Natalie Mauch. Aber auch wenn die Pille abgesetzt wurde, kann sie problemlos mit Beginn der ersten Periode wieder eingenommen werden. Der Zeitraum der Pause ist dabei nicht relevant. Weitere Fragen zu diesem Thema beantwortet Euch sehr gerne Eure Frauenärztin oder Euer Frauenarzt.

Impressum

