



Fotos: Bachmeier

Das innere Gleichgewicht nach der Operation gewinnen

„Ich bin nicht mehr so perfektionistisch“

PATIENTEN BERICHTEN:
Brustkrebs

Die Brustkrebsdiagnose im März 2013 war für Frau B. ein Schock, aber sie hatte auch Glück. Denn nach einer Mammographie und anschließender Biopsie wurde zuerst kein Tumor gefunden. Erst als sich die 46-Jährige eine Zweitmeinung bei einer Brustkrebspezialistin einholte, gab es Klarheit: Man entdeckte in der Verkalkung Krebszellen.

„Die Brust musste entfernt werden, und ich erhielt ein Silikonimplantat. Nach der Operation kam es aber zu Nachblutungen, einem Hämatom und einer Nekrose (Absterben von Gewebe-

Mit Yoga brachte die Patientin ihren Körper wieder in Balance

bereichen). Ich litt unter heftigen Schmerzen“, berichtet die zweifache Mutter erwachsener Kinder. „Mir ging es in dieser Zeit sehr schlecht. Eine Brust-OP stellt für Frauen ein besonders tiefgreifendes Ereignis dar. Und wenn dann noch Komplikationen dazukommen, ist man schon einmal am Verzweifeln.“

Im Juni musste sich die Patientin noch einmal operieren lassen. Dabei wurde kaputtes Gewebe entfernt und die Brust in mehreren Eingriffen wieder aufgebaut. „Es gab Momente, in denen ich einfach nicht mehr konnte, ich wollte schon aufge-

ben. Doch ein guter Freund hat mich unterstützt weiterzumachen. Worte des Zuspruchs sind in dieser Situation extrem wichtig. Eines will ich auch noch festhalten: Frauen sollen sich zu nichts drängen lassen, nur das machen, was sie wirklich wollen und dazu alle Möglichkeiten einholen“, betont die Patientin.

Außerdem begann sie mit Yoga. Der Oberkörper war durch die Operationen unbeweglich geworden. Mit den Übungen konnte Frau B. ihren Körper wieder in Gleichklang bringen. „Ich lernte auch, mehr auf mich selbst und meine Bedürfnisse zu achten. Ich bin seither nicht mehr so perfektionistisch“, wie sie erklärt. Mit Nordic Walking verbesserte die Patientin zusätzlich ihre Schulter-Koordination.



Prof. Dr. Edvin Turkof im Gespräch mit der Patientin

Die Brust wurde übrigens mit einer neuen Methode wieder aufgebaut. Univ.-Prof. Dr. Edvin Turkof, Facharzt für Plastische, Ästhetische und Rekonstruktive Chirurgie: „Die Technik der Eigenfett-Transplantation ist besonders schonend, und durch die Rückführung des Eigenblutes verliert die

Patientin kein Blut. Die optischen Ergebnisse einer Eigenfett-Transplantation sind ästhetisch besonders ansprechend, da sich die Symmetrie der beiden Brüste gut herstellen lässt und die Brust sich natürlich anfühlt und auch keine Narben zurückbleiben.“

Die Anreicherung von

Eigenfett mit Thrombozyten (Blutplättchen) zur Erhöhung der Einheilrate wird schon seit einigen Jahren mit sogenanntem Plättchenreichem Plasma (PRP) durchgeführt. Dabei wird aber Blut verworfen. Jetzt gibt es jedoch keinen Verlust mehr: Nur die Thrombozyten werden durch ein Gerät isoliert, die anderen Bestandteile gelangen gleich wieder in den Kreislauf der Patientin zurück. Die gewonnenen Thrombozyten werden danach dem Fett bei der Transplantation in konzentrierter Form beigemischt. Die Einheilrate des auf diese Weise angereicherten Eigenfetts wird um bis zu 30 Prozent im Vergleich zur nicht angereicherten Transplantation verbessert.

Karin Rohrer-Schausberger

ANZEIGE

50 TAGE BEWEGUNG
www.gemeinsambewegen.at

GEMEINSAM FIT. BEWEG DICH MIT!

MITMACHEN UND GEWINNEN: 07.09. - 26.10.

150 Minuten Bewegung pro Woche für deine Gesundheit – gemeinsam schaffen wir es! Die Sportvereine in deiner Nähe haben die passenden Angebote. Schau vorbei!

MACH MIT & GEWINN TOLLE PREISE!



Der neue Ratgeber „Brustrekonstruktion“, von Prof. Dr. Edvin Turkof, soll betroffenen Frauen nach der Diagnose Brustkrebs Möglichkeiten aufzeigen, wie sie die operativen Folgen ihrer Krankheit besser verkraften sowie die Integrität ihres Körpers wiederherstellen können. Erschienen im Verlagshaus der Ärzte.

SICHER VERHÜTEN BEI BRUSTKREBS

Etwa ein Viertel der Betroffenen von Brustkrebs erhält die Diagnose vor der Menopause, 15 Prozent sind jünger als 45.

„Während der Therapie vergeht ein längerer Zeitraum, in der Frauen auf keinen Fall schwanger werden sollten. Zum einen können Hormon-, Chemo- oder Strahlentherapie negative Auswirkungen auf das Ungeborene haben, zum anderen gefährdet eine schwangerschaftsbedingte Unterbrechung den Erfolg der Brustkrebsbehandlung“, erklärt Prim. Dr. Johannes Berger, Leiter des Brustzentrum Salzburg sowie der Abteilung für Gynäkologie und Geburtshilfe am SK Gmunden und Vöcklabruck.

Bei abgeschlossener Familienplanung sind daher Unterbindungsmethoden bei Frau oder

Mann zu bevorzugen. Bei Betroffenen mit Kinderwunsch empfehlen sich langfristige, hormonfreie Verhütungsmethoden wie z. B. Spirale ohne Hormone, Kupferkettchen oder Verhütungsbällchen. Kondome, Cremes oder Zäpfchen sind zu unsicher.

Sichere Verhütung ist aber nicht nur während der Behandlung, sondern oft auch noch eine gewisse Zeit danach nötig, um ein Risiko für das Ungeborene auszuschließen. „Nach der Chemotherapie sollte zumindest ein halbes Jahr keine Schwangerschaft erfolgen. Das gilt auch für die Antikörpertherapie. Bei einer antihormonellen Behandlung sollte die Patientin mindestens zwei Monate danach nicht schwanger werden.“

Blieben Sie gesund!

Eine Initiative der Niederösterreichischen Gesundheitsbetriebe

NIEDERÖSTERREICH
HINEIN INS LEBEN.



Antworten zum Thema:

Reha nach Krebs hilft!

Frage: Ich habe Krebs und bei der Behandlung im Krankenhaus von der Onkologischen Rehabilitation erfahren. Was ist das genau? Was kann man sich darunter vorstellen?

Prim. Univ.-Prof. Dr. Alexander Gaiger, Ärztlicher Leiter Onkologische Rehabilitation im Lebens.Med Zentrum Bad Erlach:

„Die Krebserkrankung gleicht oftmals einem Sturz aus dem Alltag – die Rehabilitation hilft dabei, einen Weg zurück vom Überleben zum Leben zu finden. Geeignet ist sie für Patienten, die ihre Krebsbehandlung – wie Chemo- oder Strahlentherapie – abgeschlossen haben

und ihren Gesundheitszustand verbessern möchten. Bei diesem dreiwöchigen Aufenthalt werden vor allem Aktivität und Leistungsfähigkeit gefördert.

Zudem können viele Folgen und Nebenwirkungen, die durch die Tumorerkrankung und ihre Behandlung entstanden sind, reduziert werden. Die Rede ist hier beispielsweise von Müdigkeit, Geruchs- und Geschmacksbeeinträchtigungen, Missempfindungen, ungewollte Gewichts- oder abnahme, Depressivität und Schluckschwierigkeiten sowie Sprachstörungen. Bemerkenswert sind auch neue Forschungsergebnisse, die auf die Verbesserung des Überlebens und auf einen Ef-

fekt gegen zahlreiche Tumorerkrankungen – wie Brust- oder Darmkrebs – hinweisen. Der Behandlungserfolg wird durch die Rehabilitation nachhaltig unterstützt.

Da jeder Betroffene in eigener Art und Weise auf die Herausforderungen der Krebserkrankung reagiert, werden individuelle Rehabilitationsziele definiert und das Therapieprogramm entsprechend zusammengestellt.

Das Lebens.Med Zentrum Bad Erlach ist Partner der Sozialversicherungen – eine Antragsstellung ist gemeinsam mit dem Haus- oder Facharzt möglich. Dies kann direkt nach dem Kranken-

hausaufenthalt erfolgen, aber auch Patienten, bei denen die Behandlung schon länger zurück liegt, können davon profitieren.“



Prim. Univ.-Prof. Dr. Alexander Gaiger, Lebens.Med Zentrum Bad Erlach.

Foto: Lebens.Med Zentrum Bad Erlach

ONKO.
Leben

NEUER BLOG

ONKO.leben – der neue Blog im Internet auf der Seite www.lebensmed-baderlach.at bietet für Sie interessante Erfahrungsberichte von Patienten und Fachbeiträge.