



Onkologischer
Schwerpunkt Stuttgart



Qualitätssicherung in der Mammakarzinom-Nachsorge

*Wir begleiten Sie
durch die Nachsorge!*



Sehr geehrte, liebe Interessierte,

das Leben nach Brustkrebs bedeutet für jede Frau eine Veränderung im Umgang mit sich selbst und ihrem Körper.

Die primäre Therapie bei Brustkrebs hat sich in den letzten Jahren sehr gewandelt und kann heute in der Regel individuell auf den jeweiligen Tumorzelltypus abgestimmt werden. Für alle betroffenen Frauen gleichermaßen bedeutsam ist aber die regelmäßige Nachsorge.

Die Nachsorge umfasst regelmäßige Kontrolluntersuchungen auf mögliche Rückfälle sowie die Begleitung bei Langzeittherapien mit Diagnose und Therapie von Folge- und Nebenwirkungen, aber auch die psychosoziale Betreuung sowie Rehabilitationsmaßnahmen.

Die von einem wissenschaftlichen Gremium erarbeitete „S3-Leitlinie zur Diagnostik, Therapie und Nachsorge des Mammakarzinoms“ sieht einen bestimmten Nachsorgerhythmus vor. Diesen finden Sie als Nachsorgeleitfaden auf Seite 6 beschrieben.

Im Raum Stuttgart sorgt seit 1995 die Nachsorgeleitstelle des Onkologischen Schwerpunkts Stuttgart e. V. (OSP) in Zusammenarbeit mit den nachsorgenden Ärztinnen und Ärzten dafür, dass die Nachsorge gemäß den Standards der „S3-Leitlinie“ qualitätsgesichert und strukturiert durchgeführt wird. Informieren Sie sich auf den nächsten Seiten über unsere Angebote.

Die Teilnahme an der Nachsorgeleitstelle ist für Sie kostenlos. Zur Finanzierung hilft der Förderverein „Überlebensfreunde Stuttgart Förderverein für Krebsnachsorge – Leben und Überleben – Qualität und Forschung e. V.“ (www.ueberlebensfreunde-stuttgart.de).

Wenn Sie an unserem Nachsorgeprogramm teilnehmen möchten, werden wir Sie gerne durch die Nachsorge begleiten. Senden Sie uns dann bitte die beiliegende Einverständniserklärung zu.

Ihr Team der Nachsorgeleitstelle

Die Angebote und Leistungen der Nachsorgeleitstelle im Überblick:

- Erinnerung an Ihre Nachsorge- und Mammografietermine (falls gewünscht) und Ihre nachsorgenden Ärztinnen und Ärzte
- Infotelefon
- Informationsveranstaltungen mit Vorträgen rund um das Thema Brustkrebs - die Teilnahme ist kostenlos
- Newsletter zu Neuigkeiten in der Brustkrebstherapie und Nachsorge
- Qualitätssicherung der Nachsorge mit Dokumentation und Auswertung der Nachsorgedaten
- Für Ihre/n nachsorgende/n Arzt/Ärztin übernehmen wir zusätzlich die Pflichtmeldung an das Landeskrebsregister Baden-Württemberg, sofern kein Widerspruch von Ihnen vorliegt.

Ihre Ansprechpartnerin bei der Nachsorgeleitstelle



Susanne Rössle

Koordination

Telefon: 0711 6455 8 83

Telefax: 0711 6455 8 90

E-Mail: roessle@osp-stuttgart.de

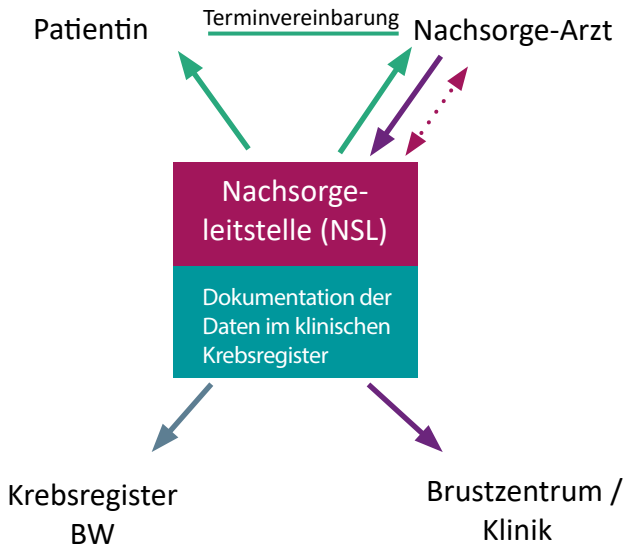
Anschrift:

OSP-Nachsorgeleitstelle

Schloßstr. 76

70176 Stuttgart

Wie funktioniert die qualitätsgesicherte Nachsorge?



- ➡ Die NSL erinnert Patientin und Arzt/Ärztin an den Nachsorge- und Mammografietermin. Zusendung des strukturierten Nachsorgebogens und des Lebensqualitätsbogens für die Patientin an den/die nachsorgende/n Arzt/Ärztin.
- ➡ Der Arzt/die Ärztin sendet nach der Nachsorgeuntersuchung die ausgefüllten Bögen (Nachsorgebogen, Lebensqualitätsbogen) an die NSL zurück.
- ➡ In der NSL: Datenüberprüfung auf Vollständigkeit und Plausibilität, Rückfragen bei Unklarheiten. Abgleich auf Übereinstimmung zwischen Nachsorgebogen und Lebensqualitätsbogen.
- ➡ Danach Dokumentation der Daten im klinischen Krebsregister des OSP Stuttgart. Über das klinische Krebsregister hat das behandelnde Brustzentrum Zugriff auf die Verlaufs- und Nachsorgedaten.
- ➡ Die Daten werden gemäß den gesetzlichen Vorgaben an das Landeskrebsregister Baden-Württemberg gesendet.

Teilnahme am Nachsorgeprogramm

Wer kann am Nachsorgeprogramm der OSP-Nachsorgeleitstelle teilnehmen?

Alle Frauen aus der Region Stuttgart, die an Brustkrebs erkrankt sind. Voraussetzung ist, dass Ihr nachsorgende/r Arzt/Ärztin bereit ist, die Dokumentationsbögen auszufüllen.

Die Einwilligungserklärung liegt diesem Heft bei oder Sie erhalten sie bei der Nachsorgeleitstelle.

Was geschieht mit Ihren Daten?

Die Nachsorge- und Lebensqualitätsdaten, die wir von Ihrer Nachsorge erhalten, werden geprüft und im einrichtungsbezogenen Krebsregister des OSP dokumentiert.

Wenn es Unterschiede zwischen Ihren Angaben auf dem Lebensqualitätsbogen und dem ärztlicherseits ausgefüllten Nachsorgebogen gibt, wird dies an Ihren nachsorgenden Arzt/Ihre nachsorgende Ärztin zurückgemeldet.

Die Daten werden anonymisiert für verschiedene Versorgungsforschungsanalysen herangezogen. Eine davon ist das sogenannte Benchmarking-Qualitätsmanagement des OSP. Für dieses Projekt werden verschiedene Kenngrößen untersucht und die vier Stuttgarter Brustzentren miteinander verglichen, mit dem Ziel, vom den Besten zu lernen.

Das Brustzentrum, an dem Sie behandelt wurden, erhält ebenfalls die Nachsorgedaten für eigene Datenanalysen und für die Qualitätssicherung.

Die Nachsorgeleitstelle ist dem „Institut für Versorgungsforschung am Onkologischen Schwerpunkt Stuttgart e. V.“ (IVO) zugeordnet.

Nachsorge bei Brustkrebs - regelmäßige Kontrolle ist wichtig!

	1.-3. Jahr	4.+6. Jahr	ab 6. Jahr*
Anamnese**	1/4-jährlich	1/2-jährlich	jährlich
körperl. Untersuchung***	1/4-jährlich	1/2-jährlich	jährlich
betroffene Brust brusterhaltende Therapie Mammografie und Mammasonografie nach Mastektomie Mammasonografie	mind. 1x jährlich	jährlich	jährlich
kontralaterale Brust Mammografie, ggf. Mammasonografie	jährlich	jährlich	jährlich

Nachsorgeschema gemäß der S3-Leitlinienempfehlung

*nach 10. Jahren Nachsorge kann bei niedrigem Rückfallrisiko die Frequenz der Mammografie auf 2 Jahre ausgedehnt werden. Bei normalem oder hohem Risiko bleibt die Frequenz bei 1x jährlich.

**Anamnese:

- Schmerzen
- Husten
- Atemnot
- Übelkeit
- Sehstörungen
- Schwäche/Müdigkeit
- Neurologische Auffälligkeiten
- Stauungsgefühl in einem Arm
- Etwas Auffälliges bemerkt
- Medikamente
- Welche Untersuchungen wurden in letzter Zeit durchgeführt?

***körperliche Untersuchung:

- Gesamtaspekt
- Schmerz: Wo? In welcher Situation?
- Wirbelsäule: Spontanschmerz, Klopfschmerz, Beweglichkeit?
- Armumfänge
- Abtasten der Brust/Brustwand und Narbe
- Abtasten der Lymphknotenstationen

 Weiterführende Abklärung bei Beschwerden

Die Mammografie und Mammasonografie – in der Nachsorge unverzichtbar!

Die Mammografie und der Ultraschall der Brust sollten in der Nachsorge regelmäßig durchgeführt werden.

Diese bildgebenden Untersuchungen sollten, je nach individueller Gegebenheit mindestens einmal jährlich erfolgen. Nach einer Brustamputation entfällt auf der betroffenen Seite die Mammografie.

► Warum sind diese Untersuchungen so wichtig?

Ein mammografisch entdeckter Rückfall kann in den meisten Fällen geheilt werden. Wartet man ab, bis ein Knoten tastbar wird, ist die Heilungschance geringer.

In der erhaltenen betroffenen Brust ist immer die Möglichkeit eines Rückfalls vorhanden. Durch die Strahlenbehandlung wird das Rückfallrisiko zwar deutlich vermindert, es besteht aber weiterhin.

Die Mammografie ist zwar unangenehm, aber nicht gefährlich. Die Mammasonografie (Ultraschall der Brust) ersetzt die Mammografie nicht. Sie ist eine ergänzende Maßnahme. Sie kann z. B. kleine, in den Milchgängen wachsende Karzinome (intraduktale Karzinome) nicht erkennen.

Wenn Sie an Ihre Mammografietermine erinnert werden möchten, können Sie das auf der Einwilligungsserklärung ankreuzen oder auch im Nachhinein mit der Nachsorgeleitstelle vereinbaren.

Sport und Bewegung

Viele hundert Studien kommen übereinstimmend zu dem Ergebnis: Krebspatientinnen und -patienten profitieren in (fast) jeder Krankheitsphase von Sport und Bewegung. Ein aktiver Lebensstil kann deutlich die Lebensqualität verbessern und viele Krankheits- und Behandlungserfolge lindern oder sogar ganz verhindern.

Da von Patientin zu Patientin der Krankheitsverlauf und der individuelle Gesundheitszustand sehr unterschiedlich sind, gibt es keine pauschalen Empfehlungen. Wenn Sie unsicher sind, was für Sie passt und mögliche Risiken ausschließen möchten, halten Sie am besten Rücksprache mit Ihrem/Ihrer behandelnden Arzt/Ärztin oder einem ausgebildeten Bewegungstherapeuten oder Bewegungstherapeutin.

Weiterführende Informationen

Beim **Württembergischen Landessportbund** erhalten Sie Listen mit Sportvereinen, die speziell für krebserkrankte Menschen Angebote haben.

www.wlsb.de | Telefon: 0711 280 77100

Beim **Nationalen Centrum für Tumorerkrankungen (NCT)** in Heidelberg ist das Sportprojekt „Netzwerk OnkoAktiv“ angesiedelt. Dort können Sie sich ausführlich über das Thema Sport und Krebs informieren.

www.netzwerk-onkoaktiv.de

Die Nachsorge-App „**MyOnkoGuide**“ des OSP beinhaltet ein kleines Übungsprogramm, ideal für den Einstieg.

Der **OSP** bietet immer wieder Bewegungsprogramme wie z.B. Yoga nach Krebs an. Informieren Sie sich auf der Homepage:

www.osp-stuttgart.de | Telefon: 0711 6455 8 83



Lassen Sie sich bei der Nachsorge smart unterstützen

mit unserer Nachsorge-App „MyOnkoGuide - Wegweiser durch die Krebsnachsorge“

-  Terminmanagement
-  Medikamenteneinnahme
-  Veranstaltungstipps
-  Nützliche Adressen
-  Eigene Patientenakte
-  Sportprogramm mit Anleitungen
-  Fit to work - Informationen



Kostenlos erhältlich bei



Projektpartner:

Krebsverband Baden-Württemberg e. V.

➞ www.krebsverband-bw.de

Nationales Centrum für Tumorerkrankungen (Sportprogramm)

➞ www.nct-heidelberg.de

Sächsische Krebsgesellschaft (Fit to Work)

➞ www.skg-ev.de

Cancer Survivorship Care

ist der auch in Deutschland verwendete Fachbegriff für die Betreuung und Begleitung von Menschen, die eine Krebserkrankung überstanden haben.

Aufgrund der immer besseren Therapien wächst erfreulicherweise die Zahl der sogenannten Langzeitüberlebenden.

Da sich die überstandene Krebserkrankung allerdings bei vielen Betroffenen auch Jahre nach Abschluss der Behandlung auf die Gesundheit und die Lebensqualität auswirken kann, rückt das Thema „Cancer Survivor“ zunehmend in den Blick der Forschung.

Es wird untersucht, welche körperlichen, sozialen, psychologischen und ökonomischen Auswirkungen die Krebserkrankung langfristig haben kann und welche Behandlungsmöglichkeiten vorhanden sind bzw. geschaffen werden müssen.

Der OSP leistet hier seit vielen Jahren mit seinen Projekten und Studien im Bereich der Versorgungsforschung einen wertvollen Beitrag.

Die **Hauptfelder der Cancer Survivorship-Forschung** mit dem Ziel, langfristige Auswirkungen der Krebserkrankung zu vermeiden oder zu lindern.



Weitere nützliche Adressen

Krebsberatungsstelle Stuttgart

Tübinger Str. 15, 70178 Stuttgart

Tel.: 0711 / 51 88 72 76

www.kbs-stuttgart.de

Krebsverband Baden-Württemberg

Adalbert-Stifter-Str. 105, 70437 Stuttgart

Tel.: 0711 / 848 10770

www.krebsverband-bw.de

Frauenselbsthilfe nach Krebs

Ansprechpartnerin: Annette Spitzenpfeil

Tel.: 07141 990 9202, E-Mail: a.spitzenpfeil@frauenselbsthilfe.de

www.frauenselbsthilfe.de

Gruppe Stuttgart: Treffen jeden 1. Donnerstag im Monat im

Diakonie-Klinikum, Rosenbergstr. 38, 70176 Stuttgart

DRK - Abendtreff Leben mit Krebs für Frauen

Henry-Dunant-Haus

Reitzensteinstraße 9, 70190 Stuttgart

Tel.: 0711 / 28 08-0

Krebsinformationsdienst des Deutschen Krebsforschungs- zentrums

Telefon-Hotline: 0800 / 420 30 40

krebsinformationsdienst@dkfz.de

www.krebsinformation.de



Kontakt OSP Stuttgart:

Schloßstr. 76
70176 Stuttgart
Telefon 0711 6455 8 80
www.osp-stuttgart.de
info@osp-stuttgart.de



Die Nachsorgeleitstelle wird finanziell unterstützt durch



Förderverein für
Krebsnachsorge
Leben und Überleben
Qualität und Forschung e.V.

Die Überlebensfreunde Stuttgart freuen sich über alle „Freundinnen und Freunde“, die uns bei unseren Aktionen mit Tatkraft, Zeit und Ideen, oder sehr gerne auch finanziell unterstützen möchten:

Spendenkonto: BW-Bank | IBAN: DE86 6005 0101 0001187049

 www.ueberlebensfreunde-stuttgart.de