

Gebärmutterhalskrebs gehört zu den seltenen Krebsarten, die frühzeitig erkannt und behandelt werden können. Es ist deshalb wichtig, dass alle Frauen sich regelmässig gynäkologisch untersuchen und einen Abstrich machen lassen. Dabei entnimmt die Gynäkolgin mit Hilfe eines Spatels oder einer kleinen Bürste Zellen aus der Gebärmutter und dem Gebärmutterhals, um allfällige bösartige Veränderungen feststellen zu können. Die Entnahme verursacht keine Schmerzen und ermöglicht es, auch schon Vorläuferstadien von Krebs (Präkanzerosen) zu erkennen, die im Normalfall mit relativ sanften Methoden behandelt werden können.



Vor kurzem sind Impfungen gegen gewisse HPV-Stämme auf den Markt gekommen. Sie schützen jedoch nicht vor allen HPV-Typen, so dass Vorsorgeuntersuchungen weiterhin nötig bleiben.

Was tun?

- ▶ Nicht rauchen oder aufhören zu rauchen.
- ▶ Ab dem 18. Lebensjahr oder nach den ersten sexuellen Kontakten (homo- oder heterosexuell) regelmässig zur Vorsorgeuntersuchung gehen. Die Frauenärztin vereinbart mit euch, wie oft diese Untersuchungen und Abstriche durchgeführt werden sollen.
- ▶ Bei kleineren Blutverlusten durch die Vagina (zwischen den Regelblutungen, nach den Wechseljahren oder nach dem Geschlechtsverkehr) oder bei Schmerzen während des Geschlechtsverkehrs soll die Ärztin aufgesucht werden.

Ist es notwendig, mit der Ärztin über die sexuelle Orientierung zu sprechen?

Es liegt an euch, diese Frage mit der Ärztin zu besprechen oder nicht. Eure sexuelle Orientierung ist keine direkte Ursache für eine Krankheit, aber sie kann einen indirekten Einfluss haben. Wenn eure Ärztin über diese Information verfügt, kann sie ihre Ratschläge und Methoden entsprechend anpassen.

Diese Broschüre wurde ursprünglich von der ILGA (International Lesbian and Gay Association) auf Französisch und Holländisch redigiert, in Zusammenarbeit mit der „Fondation Belge contre le cancer“ und lokalen belgischen Gruppen. Ergänzungen kamen von der französischen Organisation „La Différence en Question“.

Die vorliegende Version wurde von Santé PluriELLE, der zuständigen Fachgruppe der Lesbenorganisation Schweiz LOS, für die Schweiz angepasst und übersetzt.

Layout: Espace 360



www.ilga.org



www.los.ch



www.sante-plurielle.ch



<http://differenceenquestion.monsite.orange.fr>



Gebärmutterhalskrebs Brustkrebs



Für alle Frauen,
die Frauen lieben

Warum betreffen euch diese Informationen?

Haben Frauen, die Frauen lieben, ein grösseres Risiko, an Brustkrebs oder Gebärmutterhalskrebs zu erkranken als andere?

Die alleinige Tatsache, lesbisch oder bisexuell zu sein, hat keinen direkten Einfluss auf die Häufigkeit dieser Krebsarten. Aber es gibt einige spezielle Risikofaktoren bei Frauen, die Frauen lieben. Deshalb ist es wichtig, sich zu informieren.

Sich als Lesbe oder Bisexuelle zu akzeptieren heisst auch, auf sich aufzupassen und sich um seine Gesundheit zu kümmern!

- Aus Angst vor homophoben Reaktionen oder weil sie seltener Verhütungsmittel benutzen, gehen Lesben und bisexuelle Frauen seltener zur Frauenärztin oder vermeiden es, ihr von ihrem Gefühls- und Sexualleben zu erzählen. Sie unterziehen sich seltener als andere Frauen Vorsorgeuntersuchungen (Mammographien oder Abstrichen), mit denen Gebärmutterhalskrebs oder Brustkrebs frühzeitig diagnostiziert werden können.
- Lesben und bisexuelle Frauen haben seltener vor dem 30. Lebensjahr Kinder.
- Gewisse Studien weisen darauf hin, dass durchschnittlich mehr Lesben und bisexuelle Frauen rauchen und zu viel Alkohol trinken als heterosexuelle Frauen.
- Als Folge von sozialem oder familiärem Druck können Lesben und bisexuelle Frauen deprimiert sein und vernachlässigen infolgedessen ihre Gesundheit

Bei Lesben und bisexuellen Frauen, bei denen diese Risikofaktoren jedoch nicht vorliegen ist die Wahrscheinlichkeit, an Krebs zu erkranken genauso hoch oder niedrig wie bei heterosexuellen Frauen.

Warum betreffen diese Informationen auch Transidenten?

Ursprünglich transsexuelle und transgender Frauen können ebenfalls von Brustkrebs betroffen sein. Die Risiken sind sogar höher, weil die Hormonbehandlung hauptsächlich auf der Einnahme von Östrogenen beruht, mitunter lebenslang, was Krebs begünstigt. Es ist deshalb wichtig, dass sie wie biologische Frauen zu Vorsorgeuntersuchungen gehen und die Brust auch selbst abtasten. Wichtig: Transmänner bleiben, trotz Geschlechtsumwandlung, von Brustkrebs nicht verschont. Die Einnahme von Testosteron kann das Risiko für Eierstockkrebs erhöhen.

Brustkrebs

Risikofaktoren

- ▶ Eine Frau zu sein.
- ▶ Das Risiko steigt mit dem Alter. 80 % der Betroffenen sind bei der Diagnose über 50 Jahre alt.
- ▶ Einer oder mehrere Fälle von Brustkrebs in der Familie (Mutter, Schwester oder Tochter). Das Risiko steigt, wenn eine der erkrankten Verwandten bei der Diagnose noch nicht 50 war oder wenn mehrere Familienmitglieder betroffen sind.
- ▶ Kinderlosigkeit oder das erste Kind mit über 30 zu haben.
- ▶ Regelblutungen vor dem 12. Lebensjahr.
- ▶ Eintritt in die Wechseljahre nach dem 55. Lebensjahr.
- ▶ Einnahme von Hormonen (Östrogen/Gestagen Hormonersatz) über mehrere Jahre während und nach der Menopause.
- ▶ Alkoholkonsum.
- ▶ Übergewicht generell.
- ▶ Gewichtszunahme nach den Wechseljahren.
- ▶ Ungesunder Lebensstil (wenig Sport und körperliche Betätigung, ungesunde Ernährung usw.).

Achtung: Brustkrebs kann aber genauso bei Frauen auftreten, bei denen keiner dieser Risikofaktoren vorliegt. Genauso wird man nicht automatisch erkranken, nur weil einer oder mehrere dieser Faktoren gegeben sind!

Was tun?

- ▶ Sich einen gesünderen Lebensstil aneignen: mehr körperliche Betätigung, Übergewicht vermeiden, Alkoholkonsum einschränken, nicht rauchen, sich ausgewogen ernähren mit viel Früchten und Gemüse.
- ▶ Die Brust regelmässig selbst abtasten.
- ▶ Ab dem 50. Lebensjahr regelmässig Mammographien durchführen lassen (oder früher bei Frauen, die Risikofaktoren aufweisen).

Selbstuntersuchung der Brust

- ▶ Jeden Monat, idealerweise eine Woche nach Beginn der Regelblutung oder an einem bestimmten Tag des Monats, bei Frauen, die keine Periode haben.
- ▶ Aufmerksame visuelle Beobachtung der Brust.
- ▶ Durch das regelmässige Abtasten können Veränderungen in der Brust im Vergleich zum vorigen Monat festgestellt werden.



Durch die regelmässige Untersuchung kennt ihr eure Brust besser und könnt Veränderungen feststellen. Geht zur Frauenärztin oder zum Frauenarzt, wenn ihr etwas Ungewöhnliches wahrnehmt. Lasst einmal jährlich euren Frauenarzt oder die Hausärztin eure Brüste untersuchen (ansehen und abtasten). Informationen zur Selbstuntersuchung der Brust sind zu finden unter: www.breastcancer.ch

Vorsorgeuntersuchung

Sprecht ab dem 50. Lebensalter (oder früher, wenn eine familiäre Vorbelastung besteht) mit eurer Frauenärztin über eine Mammographie (Röntgen der Brust). Diese Untersuchung verhindert das Entstehen von Krebs nicht, aber sie ermöglicht es in den allermeisten Fällen, einen Tumor frühzeitig zu erkennen, das heisst, bevor er sichtbar oder ertastbar ist. Das erhöht die Chancen auf Heilung erheblich. Ein weiterer Vorteil: Die Entdeckung eines kleinen Geschwürs erlaubt meist die Erhaltung der Brust.

Immer mehr Kantone beteiligen sich an einem Programm zur Früherkennung von Brustkrebs, das für Frauen zwischen 50 und 69 Jahren alle zwei Jahre eine Mammographie vorsieht. Diese Untersuchungen werden von der Krankenkasse vergütet.

Gebärmutterhalskrebs

Fast alle Fälle von Gebärmutterhalskrebs gehen auf einen Virus zurück, den Human Papilloma Virus (HPV). Von den 100 HPV-Stämmen sind rund 15 kanzerogen. Die zwei häufigsten finden sich bei rund 70 % der Frauen, die an Gebärmutterhalskrebs erkrankt sind.

Die HPV werden bei Haut-zu-Haut-Kontakt oder durch Geschlechtsverkehr übertragen, auch bei Geschlechtsverkehr zwischen Frauen. Schätzungsweise 80 % der sexuell aktiven Männer und Frauen werden mindestens einmal im Leben mit HPV infiziert. Manchmal verursachen diese Viren Warzen an den Genitalien, dem After oder seltener im Mund. Aber meist verläuft die Infektion unbemerkt und verschwindet wieder ohne irgendwelche Folgen. Frau kann Trägerin des Virus sein, ohne es zu wissen oder etwas Besonderes zu bemerken. In zwei bis drei Prozent der Fälle wird die Infektion jedoch chronisch. Der Virus nistet sich dann in den Zellen des Gebärmutterhalses ein und stimuliert die Zellteilung. Dieses Phänomen erhöht das Risiko, ein Vorläuferstadium von Krebs oder Krebs zu entwickeln.