



Brustprothesen

Die richtige Wahl

Ein Ratgeber der Krebsliga
für betroffene Frauen



Impressum

Herausgeberin

Krebsliga Schweiz
Effingerstrasse 40
Postfach 8219
3001 Bern
Tel. 031 389 91 00
Fax 031 389 91 60
info@krebssliga.ch
www.krebssliga.ch

Projektleitung/Redaktion

Ines Fleischmann, wissenschaftliche
Mitarbeiterin, Krebsliga Schweiz, Bern
Ernst Schlumpf, Krebsliga Schweiz, Bern

Fachliche Beratung

(alphabetisch)
Rita Aebi, Fachberaterin Brustprothesen,
Ortho-Team, Bern
Irma Boving, Breast Care Nurse,
Mitarbeiterin des Krebstelefon,
Krebsliga Schweiz, Bern
Sabine Jenny, lic. phil., Abteilungsleiterin
Krebsinformationsdienst, Krebsliga
Schweiz, Bern

Text

Therese Anderegg, Unterseen
Susanne Lanz, Bern

Lektorat

Dieter Wüthrich, Krebsliga Schweiz, Bern

Fotos

Titelseite: Puma Navaal, Zürich
S. 4: bobot/photocase.com
S. 16: shutterstock.com

Design

Wassmer Graphic Design, Zäziwil

Druck

Hautle Druck AG, St. Gallen

Diese Broschüre ist auch in französischer
und italienischer Sprache erhältlich.

© 2014, 2008, 2004
Krebsliga Schweiz, Bern
5., überarbeitete Auflage

Inhalt

Editorial	5
Von der provisorischen zur definitiven Brustprothese	6
Die provisorische Erstprothese	6
Die definitive Brustprothese	6
Beschaffenheit und Modelle	8
Material und Hersteller	8
Formen und Farben	9
Brustprothesen zum Einschieben	9
Selbsthaftende Brustprothesen	10
Teil- oder Ausgleichsprothesen	10
Brustprothesen für individuelle Bedürfnisse	11
Die Wahl der Brustprothese	13
Das geeignete Fachgeschäft finden	13
Wichtige Auswahlkriterien	14
Leistungen der Versicherung	14
Brustprothese – die tägliche Begleiterin	17
Pflege und Dauerhaftigkeit	17
Passende Dessous	17
Schwimmen und Baden	19
Leben mit Krebs	20
Beratung und Information	21



Die Diagnose einer Brustkrebs-erkrankung und die nachfolgenden Therapien fordern Sie körperlich und emotional sehr stark. Möglicherweise haben Sie eine Operation – je nach Situation einen kleineren oder grösseren Eingriff – bereits hinter sich und weitere Behandlungsschritte folgen. Oft erleben Sie in dieser belastenden Zeit ein Wechselbad der Gefühle und müssen sich mit vielen Fragen auseinandersetzen.

Krankheit und Therapie haben die Form Ihrer Brust und damit Ihr Erscheinungsbild beeinflusst. Vielleicht befassen Sie sich bereits mit dem Gedanken an eine Brustprothese. Auch wenn diese die natürliche Brust nicht ersetzen kann, trägt eine gut angepasste Prothese einiges dazu bei, dass Sie wieder ein gutes Körpergefühl entwickeln und sich auch beim Schwimmen oder im Abendkleid wohl fühlen können.

Die Auswahl an Brustprothesen ist gross und die heutigen Modelle sind von hoher Qualität und erstaunlich natürlicher Beschaffenheit. Auch dazu passende Dessous gibt es für jeden Geschmack.

Mit der vorliegenden Broschüre möchten wir Ihnen eine Übersicht über das breite Angebot an Brustprothesen geben. So können Sie Ihre Wahl vorbereiten und im Fachgeschäft gezielt Fragen zu den einzelnen Modellen stellen. Legen Sie Wert darauf, ausführlich beraten zu werden und Ihre individuellen Wünsche anbringen zu können!

Lassen Sie sich von Menschen, die Ihnen nahestehen, begleiten und ziehen Sie bei Bedarf weitere Beratungspersonen bei (siehe Kapitel «Beratung und Information» S. 21 ff.).

Wir wünschen Ihnen alles Gute.

Ihre Krebsliga

Von der provisorischen zur definitiven Brustprothese

Die provisorische Erstprothese

Bereits wenige Tage nach der Operation erhalten Sie im Spital eine Erstprothese. Für Frauen, die nicht brusterhaltend operiert werden konnten und eine Brust verloren haben, ist dies besonders wichtig.

Die Erstprothese besteht aus leichter, hautfreundlicher Jersey-Baumwolle und ist als provisorische Erstversorgung gedacht. Sie ist in verschiedenen Grössen erhältlich, sehr leicht und drückt daher nicht auf die Narbe. Mit wenigen Stichen kann sie in den BH eingenäht werden, damit sie nicht verrutscht.

In der Regel offeriert Ihnen das Spital bzw. die Breast Care Nurse (BCN) der Klinik (siehe S. 21) eine Erstprothese. Sie erhalten sie manchmal aber auch bei Ihrer kantonalen oder regionalen Krebsliga.

Erstprothesen sind nicht geeignet als dauerhafter Brustersatz, weil sie im Vergleich zur gesunden Brust zu leicht sind. Dies kann längerfristig zu Haltungsschäden und Rückenproblemen führen.

Die definitive Brustprothese

Sowohl die Erst- wie auch die definitive Brustprothese werden nicht wie bei chirurgisch eingesetzten Brustimplantaten unter der Haut, sondern äusserlich, also auf der Haut getragen.

In der Regel wird empfohlen, sich etwa sechs bis acht Wochen nach der Operation mit der Wahl einer definitiven Brustprothese zu befassen. Die Narbe ist bis dann meistens verheilt und die Schwellungen sind abgeklungen.

Eine Radiotherapie kann die Anpassung allerdings hinauszögern. Besprechen Sie daher mit Ihrem Arzt, Ihrer Ärztin oder Ihrer Pflegefachperson den optimalen Zeitpunkt.

Viele Frauen sind erleichtert, wenn sie die definitive Brustprothese auswählen können. Anderen Frauen fällt der Entscheid etwas schwerer. Sie fragen sich, ob eine Brustprothese überhaupt nötig ist, oder sie wollen so bald als möglich die Brust rekonstruieren lassen. Idealerweise liegen zwischen der Brustamputation und dem chirurgischen Wiederaufbau (Rekonstruktion) sechs bis zwölf Monate. Therapien (z. B. Chemotherapie, Bestrahlung) sollten bis zum Zeitpunkt des Wiederaufbaus abgeschlossen sein (siehe Broschüre «Eine neue Brust?», S. 22).

Das Tragen einer Brustprothese ist auch während der Übergangszeit bis zum Entscheid, ob eine Brustrekonstruktion in Frage kommt, empfehlenswert. Sie beugen damit Rückenproblemen vor, vermeiden Haltungsschäden, die durch die Einseitigkeit entstehen können, und verbessern somit Ihr Körpergefühl.

Im nächsten Kapitel finden Sie Beschreibungen zu den verschiedenen, definitiven Brustprothese-Modellen.

Beschaffenheit und Modelle

Material und Hersteller

Die Brustprothesen bestehen aus Silikon, einem Kunststoff mit vielseitigen Eigenschaften.

Silikon ist ...

- hautfreundlich, geschmeidig und nimmt die Körpertemperatur rasch an;
- resistent gegen Sonneneinstrahlung, Chlor- und Salzwasser;
- unempfindlich gegen Schweiß und Kosmetika;
- form- und farbbeständig sowie geruchsneutral;
- pflegeleicht und hygienisch.

Die Silikon-Brustprothesen sind in vielen Grössen erhältlich, angenehm weich und der weiblichen Brust auch bezüglich Gewicht gut nachempfunden. Einige Modelle flachen im Liegen ab und schwingen beim Bewegen mit, was zu einem natürlich wirkenden Erscheinungsbild beiträgt.

Die Silikon-Brustprothese ist strapazierfähig. Verletzungen durch Katzenkrallen, Nadelstiche, Dornen oder andere spitze Gegenstände könnten allerdings ein Auslaufen zur Folge haben. Wenn das Silikon ausläuft oder wenn sich Blasen bilden, muss die Prothese ersetzt werden.

Bekannte Anbieter von Brustprothesen in der Schweiz (siehe auch S. 24 f.) sind:

Amoena

Vertrieb durch Schärer AG
6014 Littau
Tel. 041 259 22 40
www.amoena.com

Anita

Vertrieb durch CORSA-NOVA AG
6210 Sursee
Tel. 041 925 02 50
corsanova@anita.net
www.corsanova.ch
www.anita.com

Eine grosse Auswahl ist wichtig

Das Angebot an Brustprothesen und Zubehör ist von Hersteller zu Hersteller unterschiedlich. Ein Blick auf die jeweilige Website hilft bei der ersten Orientierung. In einem geeigneten Fachgeschäft (siehe S. 13 f.) werden Sie individuell beraten.

Da und dort werden Sie die Begriffe Brust-*Epithese* und Brust-*Exoprothese* lesen bzw. hören. Dabei handelt es sich nicht um andere Produkte, sondern lediglich um andere Bezeichnungen für eine Brustprothese.

Dekumed

Vertrieb durch
Otto Bock Suisse AG
6036 Dierikon
Tel. 041 455 61 71
suisse@ottobock.com
www.ottobock.ch

Silima

Vertrieb durch
Thuasne Deutschland GmbH
www.silima.de

Trulife

Vertrieb durch
Herzig Interlook AG
Graben 8
5000 Aarau
Tel. 062 824 88 88
www.interlook.ch

Formen und Farben

Die Form der Brustprothesen ist entweder dreieckig, oval oder leicht herzförmig. Je nach Form sind die Prothesen für die rechte und linke Brust gleich (symmetrische Form) oder verschieden (asymmetrische Form). Einige Modelle haben einen abflachenden Übergang zum Arm bzw. zum Brustansatz hin, um fehlendes Gewebe auszugleichen.

Brustprothesen werden in verschiedenen Hautfarben angeboten. Bei manchen Modellen haben Brustwarze (Mamille) und Prothese dieselbe Farbe, bei anderen ist die Mamille dunkel eingefärbt. Soll die Brustwarze nachgebildet werden, gibt es zusätzlich so genannte Mamillen-Sets, bestehend aus einer selbsthaftenden Brustwarze mit Warzenhof, welche auch leicht wieder abgelöst werden kann.

Brustprothesen zum Einschieben

Die «klassische» Brustprothese können Sie in einem normalen, gut sitzenden BH tragen. In diesem Fall liegt die Prothese direkt auf der Haut auf.

Angeboten werden aber auch spezielle BHs mit eingenähten Baumwoll- oder Mikrofaser Taschen, in welche die Prothese eingeschoben wird. Diese BHs gewähren eine bessere Tragsicherheit, zum Beispiel bei vornübergebeugter Haltung oder sportlicher Betätigung.

Selbstaftende Brustprothesen

Einige Brustprothesen können direkt auf die Haut geklebt werden. Sie lassen sich jederzeit vom Körper ablösen und wieder anbringen.

Für selbsthaftende Prothesen müssen die Operationsnarbe und allfällige Hautschäden nach Strahlen- und Chemotherapien gut verheilt sein.

Je nach Hautverträglichkeit und Beschaffenheit Ihrer Brust kann eine solche selbsthaftende Prothese eine gute Lösung sein, vor allem für spezielle Gelegenheiten. Sie erhöht das Gefühl von Sicherheit, weil sie nicht verrutscht. Es ist gleichwohl empfehlenswert, die Prothese mit einem darauf abgestimmten BH zu tragen.

Sie entscheiden

Ob Sie sich für ein «klassisches» und/oder ein selbsthaftendes Modell entscheiden, bleibt Ihnen überlassen. Wichtig sind der Tragekomfort, die Hautverträglichkeit, die optimale Passform und Ihr Wohlbefinden.

Teil- oder Ausgleichsprothesen

Frauen mit Brustkrebs werden heute mehrheitlich brusterhaltend operiert. Doch auch nach einer Teiloperation kann eine individuell abgestimmte Ausgleichsprothese sinnvoll sein: Aus medizinischer Sicht ist eine solche Teilprothese zwar nicht zwingend, kosmetisch und psychologisch ist der optische Ausgleich jedoch wichtig, da sich Unebenheiten und Volumenunterschiede zwischen den beiden Brüsten so ausgleichen lassen.

Angeboten werden ...

- körpergerecht geformte BH-Einlagen aus Silikon oder aus leichtem Schaumstoff. Sie sind in verschiedenen Formen erhältlich und werden im BH in vorgeformten Taschen getragen. Sie sind individuell einsetzbar und können fehlendes Brustgewebe kosmetisch ausgleichen.
- unterschiedlich geformte Schalenprothesen aus Silikon. Sie bedecken die ganze Brust oder Teile davon, sind jedoch hohl.
- besonders dünne Silikon-Ausgleichsprothesen in Trapez- oder Dreiecksform mit einer hautfreundlichen Rückseite aus Mikrofaser. Sie können individuell mit einem medizinischen Vlies aufgefüllt werden.

Brustprothesen für individuelle Bedürfnisse

Für fast jedes individuelle Anliegen oder Problem kann heute eine passende Lösung gefunden werden.

Bei Hautproblemen (z. B. nach Radiotherapie oder bei Allergien)

Verwenden Sie bei Hautproblemen keine selbsthaftenden Prothesen. Der direkte Kontakt der Prothese mit der Haut sollte in dieser Situation vermieden werden. Geeignet sind in diesem Fall beispielsweise textile Erstprothesen.

Darüber hinaus sind einige sehr leichte Prothesenmodelle individuell mit einem medizinischen Vlies füllbar, was die optimale Anpassung erleichtert. Andere haben eine flexible Innenschicht, die sich den Körperkonturen oder unebenen Narben anpasst. Weitere Modelle sind mit einer atmungsaktiven Mikrofaser-Rückseite versehen. Diese hält die Haut warm und trocken, wodurch weitere Hautreizungen verhindert werden.

Bei grossem Busen

Bei einer sehr grossen Brust kann eine übliche Prothese zu schwer sein. Empfehlenswert für Frauen mit grossem Busen sind deshalb gewichtsreduzierte Prothesen.

Eine weitere Möglichkeit ist, die gesunde Brust chirurgisch reduzieren bzw. anpassen zu lassen. Informationen dazu finden Sie in der Broschüre «Eine neue Brust?».

Bei einem Lymphödem

Manchmal leiden brustoperierte Frauen unter einem Lymphödem. Das sind schmerzhafteste Schwellungen durch gestaute Gewebeflüssigkeit. Lymphödeme können als Folge der operativen Entfernung von Lymphknoten entstehen, weil dann die Lymphe nicht mehr optimal abfließt. Weitere Informationen dazu finden Sie in der Broschüre «Das Lymphödem nach Krebs».

Bei einem Lymphödem sollten Sie einen Entlastungs-BH tragen (siehe S. 18). Gewichtsreduzierte Prothesen schaffen zusätzlich Erleichterung.

Bei Neigung zum Schwitzen

Wenn Sie zu starkem Schwitzen neigen, helfen Ihnen ebenfalls einzelne gewichtsreduzierte Prothesen. Diese verfügen über eine atmungsaktive Mikrofaserauflage und ein Luftkammersystem, welches für Verdunstung sorgt und die Haut etwas trockener hält.

Für Sporttreibende

Die verschiedenen Hersteller haben spezielle Prothesen entwickelt, die sich zum Schwimmen – und auch für andere Sportarten – gut eignen. Einige Modelle verfügen über eine gerippte Rückseite, damit das Wasser schnell abfließen kann.

Es gibt darüber hinaus Badeprothesen, die Sie im Badeanzug integrieren und dort belassen können, sowie transparente Silikon-einlagen. Grundsätzlich ist das Baden aber mit jeder Brustprothese möglich.

Nachdem Sie nun viel über verschiedene Brustprothesen-Modelle erfahren haben, finden Sie in den nächsten beiden Kapiteln hilfreiche Hinweise zur weiteren Auswahl, zu Fachgeschäften und Versicherungsleistungen sowie Hinweise zur Pflege der Prothesen und zum Zubehör (z. B. Dessous, Badekleider).

Die Wahl der Brustprothese

Das geeignete Fachgeschäft finden

Achten Sie bei der Wahl des Geschäfts darauf, dass Sie ein breites Angebot an Prothesen vorfinden und sich dort wohl fühlen.

Ein gutes Geschäft bietet ...

- eine seriöse Beratung durch eine speziell ausgebildete Fachperson, die sich Zeit nimmt.
- eine diskrete Atmosphäre in einem separaten Beratungsraum.
- eine grosse Auswahl an Brustprothesen verschiedener Marken.
- nebst Prothesen auch ein ergänzendes Wäsche- und Badekleidersortiment.

Je nach Ihren Bedürfnissen werden Sie diese Kriterien unterschiedlich gewichten.

Telefonische Vorabklärung

Empfehlenswert ist eine telefonische Vorabklärung. Fragen Sie nach dem Angebot und erkundigen Sie sich, ob das Geschäft die Ihnen wichtigen Kriterien erfüllen kann.

Sie können sich vorgängig auch im Internet einen ersten Überblick der verschiedenen Marken verschaffen (siehe S. 8 f. und 25). So können Sie im Geschäft gezielt nach den Sie interessierenden Modellen fragen.

Wählen Sie ein Geschäft, das Ihnen einen Termin mit einer spezialisierten Beraterin vorschlägt.

Adressen

Die Adressen von Geschäften, die Brustprothesen und/oder passende Dessous führen, finden oder erhalten Sie:

- bei Ihrer kantonalen bzw. regionalen Krebsliga (siehe S. 26 f.),
- bei Ihrer Ärztin, Ihrem Arzt oder Ihrer Breast Care Nurse,
- im Telefonbuch unter «Sanitätsgeschäfte», «Orthopädiegeschäfte» oder «Dessous-Geschäfte»,
- bei den nationalen Vertriebsstellen der einzelnen Marken.

Persönliche Beratung

Für das Beratungsgespräch sollte nicht nur eine speziell dafür ausgebildete Beraterin zur Verfügung stehen, sondern auch ein separater Raum mit Umkleidekabine.

Lassen Sie sich die verschiedenen Modelle zeigen, nehmen Sie diese in die Hand und probieren Sie sie mit BH aus, sowohl mit Ihrem eigenen als auch mit einem Spezial-BH.

Erfahrene Beraterinnen haben ein gutes Auge und Gespür dafür, was für Sie passen könnte, und sie sind einfühlsam und verständnisvoll, wenn Sie emotional aufgewühlt sind.

Sie können sich selbstverständlich zum Beratungsgespräch von Ihrem Partner, Ihrer Partnerin, einer Freundin oder auch einer Beraterin Ihrer kantonalen bzw. regionalen Krebsliga begleiten lassen.

Wichtige Auswahlkriterien

Die Brustprothese soll Ihrer eigenen Brust möglichst ähnlich sein. Nur wenn sie optimal passt, fühlen Sie sich damit wohl und sicher.

Bei der Auswahl sind medizinische, technische und ästhetische Aspekte einzubeziehen:

- Art, Beschaffenheit und Verlauf der Operationsnarbe
- Grösse, Form, Optik und Gewicht der Prothese
- Schwingungsverhalten, Rutschsicherheit
- Hautverträglichkeit

Sich Zeit nehmen

Die Wahl einer Brustprothese braucht Zeit. Lassen Sie sich nicht zu einem raschen Entschluss drängen. Wenn Sie auf Anhieb kein passendes Modell finden, wird man gerne zusätzliche Modelle zur Auswahl bestellen und mit Ihnen einen weiteren Termin vereinbaren.

- Gesundheitliche Probleme wie Osteoporose (Knochenschwund), Lymphödem sowie das Vorbeugen von Haltung- und Rückenschäden

Leistungen der Versicherung

Eine übliche definitive Brustprothese kostet etwa Fr. 400.–. Sie erhalten Kostenvergütungen wie nachfolgend ausgeführt; nicht bezahlt werden in der Regel provisorische Brustprothesen (Erstversorgung). Diese werden jedoch manchmal in Spitälern oder von einigen kantonalen bzw. regionalen Krebsligen kostenlos abgegeben.

Vergütung für Brustprothesen und Zubehör (z. B. spezielle Dessous und Badekleider)

Vor Erreichen des AHV-Alters

- Wenn Sie noch nicht im AHV-Alter sind, ist die Invalidenversicherung (IV) zuständig für die Kostenvergütung.
- Die IV ist ebenfalls zuständig, wenn Sie im AHV-Alter sind mit «Besitzstandsgarantie»; diese gilt, wenn Ihnen die IV bereits früher, d. h. vor dem Bezug einer AHV-Rente, die Kosten für eine Brustprothese vergütet hat.
- Die IV übernimmt pro Jahr Fr. 500.– für eine Brustprothese

(inkl. Zubehör) bzw. Fr. 900.– für zwei Prothesen nach beidseitiger Brustentfernung.

- Zum Erwerb einer teureren Spezialprothese kann der Höchstbetrag bis auf drei Jahre im Voraus bezogen werden.

Vorgehen

- Bezahlen Sie die Brustprothese im Geschäft bar (Quittung verlangen) oder auf Rechnung.
- Füllen Sie das IV-Formular aus; Sie können es über die Gemeinde, die IV-Stelle, über Ihren Arbeitgeber oder Ihre Beraterin im Orthopädie- oder Sanitätsgeschäft beziehen.
- Senden Sie die Rechnungs- oder Quittungskopie und das ausgefüllte IV-Formular sowie die ärztliche Verordnung zusammen mit Ihrer Kontonummer an die IV-Stelle; die Rückvergütung erfolgt ca. vier bis sechs Wochen später.

Im AHV-Alter

- Wenn Sie im AHV-Alter sind und keine Besitzstandsgarantie haben (siehe links), wenden Sie sich für die Vergütung an Ihre Krankenkasse.
- Sie wird Ihnen Fr. 360.– pro Brust und Kalenderjahr zahlen, abzüglich des Selbstbehalts von zehn Prozent. Auch die Jahresfranchise wird Ihnen abgezogen, wenn dies nicht bereits geschehen ist.

- Für Zubehör vergütet die Krankenkasse zusätzlich Fr. 90.– pro Kalenderjahr.
- Bezügerinnen von Ergänzungsleistungen haben Anspruch auf die Rückerstattung der Kostenbeteiligung (Selbstbehalt, Franchise).

Vorgehen

- Bezahlen Sie die Brustprothese im Geschäft bar (Quittung verlangen) oder auf Rechnung.
- Senden Sie die Rechnungs- oder Quittungskopie und das Arzzeugnis an Ihre Krankenkasse; die Rückvergütung erfolgt ca. vier bis sechs Wochen später.
- Auch für nachfolgende Brustprothesen gehen Sie gleich vor. Prinzipiell braucht es dafür keine ärztliche Verordnung mehr. Dennoch ist es ratsam, sich anlässlich der Routineuntersuchung ein Rezept ausstellen zu lassen, da einige Krankenkassen manchmal danach fragen.

Weitere Beiträge

Die Praxis zeigt, dass einzelne Versicherungen bzw. Zusatzversicherungen der Krankenkasse weitere Beiträge entrichten. Es lohnt sich in allen Fällen, ein entsprechendes Gesuch mit Quittung einzureichen. Die Krebsliga Ihrer Region ist Ihnen gerne behilflich.



Brustprothese – die tägliche Begleiterin

Pflege und Dauerhaftigkeit

Eine Prothese aus Silikon fühlt sich nicht nur ähnlich an wie natürliche Haut, sie sollte auch wie zarte Haut gepflegt werden.

Idealerweise waschen Sie Ihre Prothese täglich mit neutraler Flüssigseife in lauwarmem Wasser und trocknen sie mit einem weichen Handtuch ab.

Selbsthaftende Modelle brauchen etwas mehr Aufwand bei der Pflege. Am besten halten Sie sich an die Hinweise der Herstellerfirma. Sie erhalten ein Pflegeset mit den nötigen Instruktionen mitgeliefert. Die sorgfältige und regelmässige Reinigung garantiert eine lange Haftfunktion.

Die Ersatzprodukte des Pflegesets müssen Sie später selbst bezahlen, dies gilt auch für das Haftmaterial. Erkundigen Sie sich nach dem Preis und dem zu erwartenden Verbrauch.

Für Ihre neue Brustprothese erhalten Sie eine einjährige Garantie. Sie werden sie aber meist länger als nur ein Jahr tragen können.

Die Dauerhaftigkeit einer Prothese hängt stark von der Pflege und Behandlung ab. Seien Sie vorsichtig im Umgang mit spitzen

und scharfen Gegenständen wie Anstecknadeln, Tierkrallen, Nagel-feilen, Scheren, Pflanzendornen etc.

Auch andere Faktoren – zum Beispiel Gewichtsveränderungen – können dazu führen, dass Ihre Prothese nicht mehr optimal passt und Sie eine neue brauchen.

Passende Dessous

Die Auswahl an Dessous für brustoperierte Frauen ist gross: Die Herstellerfirmen von Brustprothesen bieten auch passende BHs, Bustiers, Slips, Bodys und Korsetlets an.

Das Angebot ist modisch ansprechend und die Modelle sind meist in verschiedenen Farben erhältlich.

Die Wahl des BHs

Bei den Spezial-BHs ist eine Tasche aus Baumwolle oder Mikrofaser, in welche die Prothese eingeschoben wird, integriert. Dadurch werden die Bewegungsfreiheit und die Tragesicherheit gewährleistet. Besonders wichtig ist dies zum Beispiel beim Sport.

Es ist jedoch nicht immer nötig, spezielle BHs zu kaufen. Wichtig ist, dass Ihre BHs eine optimale Passform haben, gut gearbeitet und vorne im Steg etwas höher

geschnitten sind und dass sie breitere Träger (vor allem bei grossem Busen) und eingenähte Taschen haben, um die Prothese einzulegen.

Sie können in Ihre bisherigen BHs solche Taschen einnähen oder durch Ihr Spezialgeschäft einnähen lassen. In der Regel kostet dies Fr. 25.– bis 35.– pro Seite.

Das Verrutschen der Prothese wird verhindert, wenn der BH entsprechend dem Figurtyp, der Körperform und der Oberweite ausgesucht wird und die Träger korrekt eingestellt sind. Lassen Sie sich beraten, denn nur ein perfekt sitzender BH garantiert auch einen perfekten Sitz der Prothese.

Spezial-BHs für jedes Bedürfnis

Für spezielle Anliegen und Probleme gibt es – wie bei den Brustprothesen – auch spezielle Modelle, etwa bei grossem Busen, bei Neigung zum Schwitzen, bei empfindlicher Haut oder bei einem Lymphödem.

Einzelne Modelle bieten eine besondere Stützfunktion, sind speziell für Sportlerinnen geeignet oder einfach besonders bequem.

Angeboten werden etwa:

- Erstversorgungs-BHs,
- Entlastungs-BHs mit breiten, gepolsterten Trägern, spezieller Nahtverarbeitung etc. zur Stütze und Entlastung bei einem (drohenden) Lymphödem,
- BHs ohne eingearbeitete Taschen für selbsthaftende Prothesen,
- leicht gepolsterte BHs, um nach einer brusterhaltenden Operation oder nach einem Wiederaufbau der Brust fehlendes Volumen auszugleichen,
- Kompressions-BHs (ideal für Frauen nach einem chirurgischen Wiederaufbau der Brust),
- Korsetts und Bodys.

Die BHs sind erhältlich in verschiedenen Cup-Grössen, mit vorgeformten oder nicht vorgeformten Cups und mit angeschnittenen, breiten oder breiter werdenden, gepolsterten und verstellbaren Trägern. Dazu gibt es passende modische Slips und Strings.

Sie können auch einen Beratungstermin in einem Dessous-Fachgeschäft vereinbaren. Bei Ihrer kantonalen oder regionalen Krebsliga erhalten Sie Adressen von geeigneten Geschäften in Ihrer Nähe.

Schwimmen und Baden

Sobald die Operationsnarbe verheilt und der Arzt oder die Ärztin einverstanden ist, dürfen Sie wieder baden gehen. Schwimmen hält Sie beweglich, tut der Psyche gut und empfiehlt sich zur Vorbeugung von Lymphödemen.

Wie bei der Wäsche gilt auch bei den Badekleidern: Ein Spezialmodell ist nicht immer nötig. Oft genügt es, in einen üblichen Badeanzug eine Tasche einzunähen, in welche Sie die Prothese einschieben können.

Ein gut sitzendes (Spezial-)Badekleid ...

- zeichnet die Prothese nicht ab.
- ist am Décolleté und im Achselbereich höher geschnitten.
- hat eine sichere Tasche zum Einschieben der Prothese.
- ist optisch ansprechend.

Jedes gute Fachgeschäft bietet Ihnen ein grosses Sortiment mit verschiedenen Modellen an. Erhältlich sind auch Spezial-Bikinis und -Tankinis. Letzteres ist ein Zweiteiler mit einem Oberteil, das einen Teil des Bauches oder den ganzen Bauch verdeckt.

Spezial-Badekleider werden Sie meist im gleichen Fachgeschäft finden, wo Sie auch Ihre Dessous kaufen. Lassen Sie sich bei der Auswahl Ihres Badekleides ebenfalls beraten.

An verschiedenen Orten der Schweiz werden regelmässig Modeschauen mit Spezial-Bademode durchgeführt, oft in Zusammenarbeit mit einer kantonalen oder regionalen Krebsliga.

Leben mit Krebs

Viele Menschen mit einer Krebsdiagnose leben heute länger und besser, als dies früher möglich gewesen ist. Die Behandlung ist allerdings oft langwierig und beschwerlich. Manche Patientinnen können parallel zur Therapie ihren gewohnten Alltag bewältigen, anderen ist das nicht möglich.

Auf sich hören

Nehmen Sie sich Zeit für die Gestaltung der veränderten Lebenssituation. Versuchen Sie herauszufinden, was am ehesten zu Ihrer Lebensqualität beiträgt.

Eine einfache Selbstbefragung kann manchmal der erste Schritt zu mehr Klarheit sein:

- Was ist mir jetzt wichtig?
- Was brauche ich?
- Wie könnte ich es erreichen?
- Wer könnte mir dabei helfen?

Miteinander reden

So wie gesunde Menschen unterschiedlich mit Lebensfragen umgehen, wird auch eine Krankheit von jedem Menschen individuell verarbeitet. Die Bandbreite der Einstellungen reicht von «Das wird schon gehen» über «Wenn das nur gut geht» bis zu «Das geht sicher schief» oder «Ich muss sterben».

Mit jeder Krebserkrankung sind auch Angstgefühle verbunden, unabhängig davon, wie gut die Heilungschancen sind. Gespräche können helfen, die Krankheit zu verarbeiten. Manche Menschen mögen jedoch nicht über ihre Ängste und Sorgen reden oder sie wagen es nicht. Anderen ist es wichtig, sich jemandem anzuvertrauen. Wieder andere erwarten, dass ihr Umfeld sie auf ihre Situation und ihr Befinden anspricht.

Es gibt keine allgemeingültigen Rezepte für den Umgang mit der Krankheit. Was einer Person weiterhilft, muss für eine andere nicht unbedingt das Richtige sein. Finden Sie heraus, was Sie brauchen, ob und mit wem Sie über das Erlebte sprechen möchten.

Fachliche Unterstützung beanspruchen

Zögern Sie nicht, fachliche Hilfe zu beanspruchen. Sprechen Sie mit Ihrer Ärztin oder mit jemand anderem aus Ihrem Behandlungsteam. Auf diese Weise können Ihnen Massnahmen empfohlen und verordnet werden, die von der Krankenversicherung gedeckt sind.

Für psychosoziale Anliegen und bei Fragen rund um Rehabilitationsangebote können Sie sich auch an Ihre kantonale oder regionale Krebsliga (siehe S. 26 f.) oder den Sozialdienst im Spital wenden.

Beratung und Information

Lassen Sie sich beraten

Ihr Behandlungsteam

Es wird Sie gerne beraten, was Sie gegen krankheits- und behandlungsbedingte Beschwerden tun können. Überlegen Sie sich allenfalls auch, was Sie zusätzlich stärken und Ihre Rehabilitation erleichtern könnte.

Breast Care Nurses

In manchen Spitälern gehört eine Breast Care Nurse (BCN) zum Behandlungsteam. Das ist eine Pflegefachfrau mit zusätzlicher Spezialisierung für die Beratung und Begleitung von Brustkrebspatientinnen und auch von Brustkrebspatienten. Sie ist ein wichtiges Bindeglied zwischen den verschiedenen Fachleuten und koordiniert Ihre Behandlungen. Kliniken, welche gewisse Kriterien wie den Einsatz von Breast Care Nurses erfüllen, können sich als Brustzentrum zertifizieren lassen. Eine Breast Care Nurse begleitet Sie von der Diagnose bis zur Nachsorge und ist für Sie eine wichtige Ansprechperson, die Sie auch emotional unterstützen und Ihre Anliegen vertreten kann. Sie nimmt an den Arzt-Patientin-Gesprächen und/oder Tumorboards teil.

Psychoonkologie

Fragen Sie bei Bedarf nach Unterstützung durch eine Psychoonkologin bzw. einen Psychoonkologen. Das ist eine Fachperson, die Sie bei der Bewältigung und Verarbeitung der Krebserkrankung unterstützt.

Eine psychoonkologische Beratung oder Therapie kann von Fachpersonen verschiedener Disziplinen (z.B. Medizin, Psychologie, Pflege, Sozialarbeit, Theo-

logie etc.) angeboten werden. Wichtig ist, dass diese Fachperson Erfahrung im Umgang mit Krebsbetroffenen und deren Angehörigen hat, sich mit den möglichen physischen und psychischen Auswirkungen einer Krebserkrankung auskennt und über eine Weiterbildung in Psychoonkologie verfügt.

Ihre kantonale oder regionale Krebsliga

Betroffene und Angehörige werden beraten, begleitet und auf vielfältige Weise unterstützt. Dazu gehören persönliche Gespräche, das Klären von Versicherungsfragen, Kursangebote, die Unterstützung beim Ausfüllen von Patientenverfügungen und das Vermitteln von Fachpersonen, zum Beispiel für eine Ernährungsberatung, für die Behandlung eines Lymphödems, für Sexualberatung etc.

Das Krebstelefon 0800 11 88 11

Am Krebstelefon hört Ihnen eine Fachperson zu. Sie erhalten Antwort auf Ihre Fragen zu allen Aspekten rund um die Erkrankung, und die Fachberaterin informiert Sie über mögliche weitere Schritte. Sie können mir ihr über Ihre Ängste und Unsicherheiten und über Ihr ganz persönliches Erleben der Krankheit sprechen. Anruf und Auskunft sind kostenlos.

Cancerline – der Chat zu Krebs

Kinder, Jugendliche und Erwachsene können sich auf www.krebsliga.ch/cancerline zum Livechat einloggen, mit einer Fachberaterin chatten, sich die Krankheit erklären lassen, Fragen stellen und sich über alles austauschen, was sie gerade bewegt.

Montag bis Freitag 11–16 Uhr, mittwochs ausschliesslich für Kinder und Jugendliche.

Krebskrank: Wie sagt man es den Kindern?

Falls Sie als Krebsbetroffene kleinere oder grössere Kinder haben, stellt sich bald die Frage, wie Sie mit Ihren Kindern über Ihre Krankheit und ihre Auswirkung reden können.

Im Flyer «Krebskrank: Wie sagt man es den Kindern?» finden Sie Anregungen für Gespräche mit Ihren Kindern. Der Flyer enthält auch Tipps für Lehrpersonen. Hilfreich ist zudem die Broschüre «Wenn Eltern an Krebs erkranken – Mit Kindern darüber reden» (siehe S. 23).

Wegweiser

Der «Wegweiser» der Krebsliga ist ein Internetverzeichnis über psychosoziale Angebote in der Schweiz: www.krebsliga.ch/wegweiser. Interessierte finden darin Kurse, Beratungsangebote etc., die geeignet sind, die Lebensqualität zu erhalten oder zu fördern und den Alltag mit Krebs zu erleichtern.

Die Rauchstopplinie 0848 000 181

Professionelle Beraterinnen geben Ihnen Auskunft und helfen Ihnen beim Rauchstopp. Auf Wunsch können kostenlose Folgegespräche vereinbart werden.

Seminare zur Rehabilitation

Unter dem Motto «Neuland entdecken» bietet die Krebsliga an verschiedenen Orten in der Schweiz Rehabilitationsseminare und -wochen an: www.krebsliga.ch/rehabilitation

Körperliche Aktivität

Sie verhilft vielen Krebskranken zu mehr Lebensenergie. In einer Krebsportgruppe können Sie wieder Vertrauen in den eigenen Körper gewinnen und Müdigkeit und Erschöpfung reduzieren. Erkundigen Sie sich bei Ihrer kantonalen oder regiona-

len Krebsliga und beachten Sie auch die Rubrik «Broschüren».

Andere Betroffene

Es kann Mut machen zu erfahren, wie andere als Betroffene oder Angehörige mit besonderen Situationen umgegangen sind. Vieles, was einem anderen Menschen geholfen oder geschadet hat, muss jedoch auf Sie nicht zutreffen.

Internetforen

Sie können Ihre Anliegen in einem Internetforum diskutieren, zum Beispiel unter www.krebsforum.ch – einem Angebot der Krebsliga – oder unter www.krebskompass.de

Selbsthilfegruppen

In Selbsthilfegruppen tauschen Betroffene ihre Erfahrungen aus und informieren sich gegenseitig. Im Gespräch mit Menschen, die Ähnliches durchgemacht haben, fällt dies oft leichter.

Informieren Sie sich bei Ihrer kantonalen Krebsliga über regionale Selbsthilfegruppen, laufende Gesprächsgruppen oder Kursangebote für Krebsbetroffene und Angehörige (siehe S. 26 f.).

Broschüren der Krebsliga

- **Brustkrebs**
Mammakarzinom
- **Eine neue Brust?**
Chirurgischer Wiederaufbau nach Brustkrebs
- **Gemeinsam gegen Brustkrebs**
Die wichtigsten Fragen und Antworten

- **Gemeinsam gegen Brustkrebs**
Risikofaktoren und Früherkennung
- **Die Strahlentherapie**
Radiotherapie
- **Medikamentöse Tumortherapien**
Chemotherapien, Antihormontherapien, Immuntherapien
- **Alternativ? Komplementär?**
Informationen über Risiken und Nutzen unbewiesener Methoden bei Krebs
- **Schmerzen bei Krebs und ihre Behandlung**
- **Rundum müde**
Ursachen erkennen, Lösungen finden
- **Das Lymphödem nach Krebs**
- **Weibliche Sexualität bei Krebs**
- **Männliche Sexualität bei Krebs**
- **Die Krebstherapie hat mein Aussehen verändert**
Tipps und Ideen für Haut und Haare
- **Körperliche Aktivität bei Krebs**
Dem Körper wieder vertrauen
- **Neuland entdecken – Seminare der Krebsliga zur Rehabilitation**
Kursprogramm
- **Krebs trifft auch die Nächsten**
Ratgeber für Angehörige und Freunde
- **Wenn Eltern an Krebs erkranken**
Mit Kindern darüber reden
- **Krebskrank: Wie sagt man es den Kindern?**
8-seitiger Flyer

- **Madame Tout-Le-Monde**
Mappe mit Anziehpuppe aus Karton und Papier. Mit der Anziehpuppe «Madame Tout-Le-Monde» können von Brustkrebs betroffene Frauen den gesamten Behandlungsverlauf kindgerecht erklären.
- **Familiäre Krebsrisiken**
Orientierungshilfe für Menschen, in deren Familien sich Krebserkrankungen häufen
- **Krebs – was leisten Sozialversicherungen?**
- **Krebs – wenn die Hoffnung auf Heilung schwindet**
Wegweiser durch das Angebot von Palliative Care
- **Patientenverfügung der Krebsliga**
Fr. 15.– oder kostenloser Download auf www.krebsliga.ch/patientenverfuegung
- **Selbstbestimmt bis zuletzt**
Wegleitung zum Erstellen einer Patientenverfügung

Bestellmöglichkeiten

- Krebsliga Ihres Kantons
- Telefon 0844 85 00 00
- shop@krebssliga.ch
- www.krebssliga.ch/broschueren

Auf www.krebssliga.ch/broschueren finden Sie diese und weitere bei der Krebsliga erhältliche Broschüren. Die meisten Publikationen sind kostenlos und stehen auch als Download zur Verfügung. Sie werden Ihnen von der Krebsliga Schweiz und Ihrer kantonalen oder regionalen Krebsliga offeriert. Dies ist nur möglich dank unseren Spenderinnen und Spendern.

Ihre Meinung interessiert uns

Auf www.krebsforum.ch können Sie mit einem kurzen Fragebogen Ihre Meinung zu den Broschüren der Krebsliga äussern. Wir danken Ihnen, dass Sie sich dafür ein paar Minuten Zeit nehmen.

Broschüren anderer Anbieter

«**Brustamputation – wie geht es weiter?**», 2013, Ratgeber der deutschen Krebsselfsthilfe-Organisation Frauenselfsthilfe e.V., online verfügbar:

www.frauenselfsthilfe.de → Informieren → Infomaterial der FHS → Broschüren

«**Krebswörterbuch**», 2010. Die deutsche Krebshilfe erklärt Fachbegriffe von A wie Ablatio bis Z wie Zytostatikum, online verfügbar:

www.krebshilfe.de → Wir informieren → Material für Betroffene

Literatur

«**Diagnose-Schock: Krebs**», Hilfe für die Seele, konkrete Unterstützung für Betroffene und Angehörige, Alfred Künzler, Stefan Mamié, Carmen Schürer, Springer-Verlag 2012.

Einige Krebsligen verfügen über eine Bibliothek, wo dieses Buch oder andere Bücher zum Thema kostenlos ausgeliehen werden können. Erkundigen Sie sich bei der Krebsliga Ihrer Region.

Die Krebsliga Schweiz, die Bernische Krebsliga und die Krebsliga Zürich führen einen Online-Katalog ihrer Bibliothek

mit direkten Bestell- oder Reservierungsmöglichkeiten. Verleih bzw. Versand sind in die ganze Schweiz möglich:

www.krebsliga.ch → Zugang für Fachpersonen → Literatur → Fachbibliothek
Hier gibt es auch einen direkten Link auf die Seite mit Kinderbüchern:
www.krebsliga.ch/kinderbibliothek

www.bernischekrebsliga.ch → Information → Bibliothek

www.krebsligazuerich.ch → Dienstleistungen/Kurse → Bibliothek

Mit der Stichwortsuche «Brustkrebs», «Angehörige», «Brustprothesen» zum Beispiel finden Sie entsprechende Bücher.

Internet

(alphabetisch)

Deutsch

Angebot der Krebsliga

www.krebsforum.ch

Internetforum der Krebsliga.

www.krebsliga.ch

Das Angebot der Krebsliga Schweiz mit Links zu allen kantonalen und regionalen Krebsligen.

www.krebsliga.ch/cancerline

Die Krebsliga bietet Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen einen Livechat mit Beratung an.

www.krebsliga.ch/migranten

Kurzinformationen zu einigen häufigen Krebskrankheiten und zur Prävention in Albanisch, Portugiesisch, Serbisch/Kroatisch/Bosnisch, Spanisch, Türkisch und teils auch in Englisch. Das Angebot an Themen und Sprachen wird laufend erweitert.

www.krebsliga.ch/rehabilitation

Seminare der Krebsliga, die Ihnen helfen, krankheitsbedingte Alltagsbelastungen besser zu bewältigen.

www.krebsliga.ch/wegweiser

Online-Verzeichnis über psychosoziale Angebote und Dienstleistungen

[Andere Institutionen, Fachstellen etc.](#)

Die folgenden Websites der verschiedenen Anbieter geben Ihnen einen umfassenden Überblick über Brustprothesen und/oder passende Wäsche:

www.amoena.com → Worldwide → Germany oder Austria → Deutsch → Händlersuche → Schweiz → Wohnort eingeben

www.anita.com → Prothesen

www.beldona.ch → Filialen

www.corsanova.ch

Diese Seite ist identisch mit www.anita.com

www.ottobock.ch → Produkte Orthopädie → Brustprothetik

www.perosa.ch → Prothesen arbeitet mit Amoena zusammen

www.silima.de

www.svot.ch → Mitglieder → Mitglieder suchen

Adressen von Fachgeschäften des Schweizer Verbands der Orthopädie-Techniker.

[Weitere Links](#)

www.komplementaermethoden.de

Informationen der Krebsgesellschaft Nordrhein-Westfalen.

www.krebshilfe.de

www.krebsinformationsdienst.de → Wegweiser → Lexikon → ABC der Fachbegriffe Ein Angebot des Deutschen Krebsforschungszentrums Heidelberg.

www.krebskompass.org

Ein Krebs-Forum mit breitem Themenangebot.

www.krebs-webweiser.de

Eine Zusammenstellung von Websites durch das Universitätsklinikum Freiburg i. Br.

www.lernen-mit-krebs-zu-leben.ch

Eine Vereinigung, die Kurse für Betroffene und Angehörige entwickelt und durchführt.

www.palliative.ch

Schweizerische Gesellschaft für Palliative Medizin, Pflege und Begleitung.

www.patientenkompetenz.ch

Eine Stiftung zur Förderung der Selbstbestimmung im Krankheitsfall.

www.psychonkologie.ch

Schweizerische Gesellschaft für Psychoonkologie.

[Englisch](#)

www.cancer.org → learn about cancer → select a cancer type → breast cancer → breast cancer treatment and support American Cancer Society.

www.cancer.gov → cancertopics → types of cancer → breast cancer National Cancer Institute USA.

www.cancer.net → cancer types → breast cancer

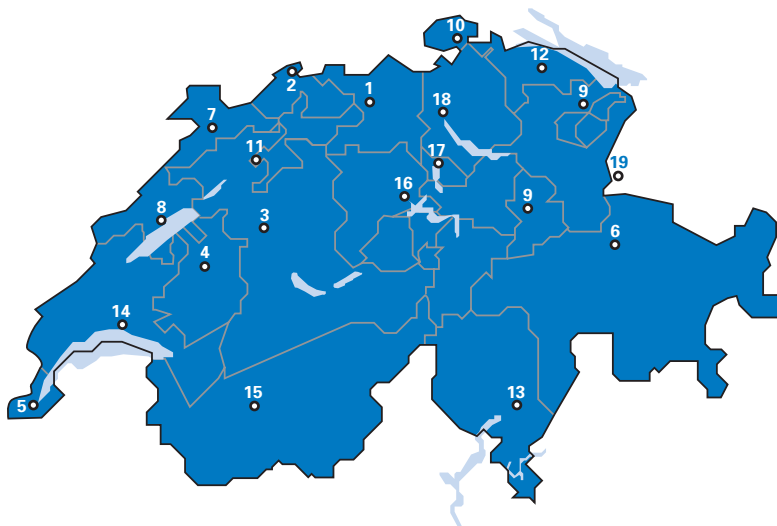
American Society of Clinical Oncology.

www.macmillan.org.uk → cancer information → cancer types → breast cancer A non-profit cancer information service.

Quellen

Die in dieser Broschüre erwähnten Publikationen und Websites dienen der Krebsliga unter anderem auch als Quellen. Sie entsprechen im Wesentlichen den Qualitätskriterien der Health On the Net Foundation, dem so genannten HonCode (siehe www.hon.ch/HONcode/German).

Unterstützung und Beratung – die Krebsliga in Ihrer Region



1 Krebsliga Aargau

Milchgasse 41
5000 Aarau
Tel. 062 834 75 75
Fax 062 834 75 76
admin@krebssluga-aargau.ch
www.krebssluga-aargau.ch
PK 50-12121-7

2 Krebsliga beider Basel

Mittlere Strasse 35
4056 Basel
Tel. 061 319 99 88
Fax 061 319 99 89
info@klbb.ch
www.klbb.ch
PK 40-28150-6

3 Bernische Krebsliga

Ligue bernoise contre le cancer
Marktgasse 55
Postfach 184
3000 Bern 7
Tel. 031 313 24 24
Fax 031 313 24 20
info@bernischekrebssluga.ch
www.bernischekrebssluga.ch
PK 30-22695-4

4 Ligue fribourgeoise

contre le cancer
Krebsliga Freiburg
route St-Nicolas-de-Flüe 2
case postale 96
1705 Fribourg
tél. 026 426 02 90
fax 026 426 02 88
info@liguecancer-fr.ch
www.liguecancer-fr.ch
CP 17-6131-3

5 Ligue genevoise contre le cancer

11, rue Leschot
1205 Genève
tél. 022 322 13 33
fax 022 322 13 39
ligue.cancer@mediane.ch
www.lgc.ch
CP 12-380-8

6 Krebsliga Graubünden

Alexanderstrasse 38
Postfach 368
7000 Chur
Tel. 081 252 50 90
Fax 081 253 76 08
info@krebssluga-gr.ch
www.krebssluga-gr.ch
PK 70-1442-0

7 Ligue jurassienne contre le cancer

rue des Moulins 12
2800 Delémont
tél. 032 422 20 30
fax 032 422 26 10
ligue.ju.cancer@bluewin.ch
www.liguecancer-ju.ch
CP 25-7881-3

8 Ligue neuchâtoise contre le cancer

faubourg du Lac 17
case postale
2001 Neuchâtel
tél. 032 721 23 25
LNCC@ne.ch
www.liguecancer-ne.ch
CP 20-6717-9

- 9 Krebsliga Ostschweiz
SG, AR, AI, GL**
Flurhofstrasse 7
9000 St. Gallen
Tel. 071 242 70 00
Fax 071 242 70 30
info@krebssliga-ostschweiz.ch
www.krebssliga-ostschweiz.ch
PK 90-15390-1
- 10 Krebsliga Schaffhausen**
Rheinstrasse 17
8200 Schaffhausen
Tel. 052 741 45 45
Fax 052 741 45 57
info@krebssliga-sh.ch
www.krebssliga-sh.ch
PK 82-3096-2
- 11 Krebsliga Solothurn**
Hauptbahnhofstrasse 12
4500 Solothurn
Tel. 032 628 68 10
Fax 032 628 68 11
info@krebssliga-so.ch
www.krebssliga-so.ch
PK 45-1044-7
- 12 Thurgauische Krebsliga**
Bahnhofstrasse 5
8570 Weinfelden
Tel. 071 626 70 00
Fax 071 626 70 01
info@tgkl.ch
www.tgkl.ch
PK 85-4796-4
- 13 Lega ticinese
contro il cancro**
Piazza Nosetto 3
6500 Bellinzona
Tel. 091 820 64 20
Fax 091 820 64 60
info@legacancro-ti.ch
www.legacancro-ti.ch
CP 65-126-6
- 14 Ligue vaudoise
contre le cancer**
place Pépinet 1
1003 Lausanne
tél. 021 623 11 11
fax 021 623 11 10
info@lvc.ch
www.lvc.ch
CP 10-22260-0
- 15 Ligue valaisanne
contre le cancer
Krebsliga Wallis**
Siège central:
rue de la Dixence 19
1950 Sion
tél. 027 322 99 74
fax 027 322 99 75
info@lvcc.ch
www.lvcc.ch
Beratungsbüro:
Spitalzentrum Oberwallis
Überlandstrasse 14
3900 Brig
Tel. 027 970 35 41
Mobile 079 644 80 18
Fax 027 970 33 34
info@krebssliga-wallis.ch
www.krebssliga-wallis.ch
CP/PK 19-340-2
- 16 Krebsliga Zentralschweiz
LU, OW, NW, SZ, UR**
Hirschmattstrasse 29
6003 Luzern
Tel. 041 210 25 50
Fax 041 210 26 50
info@krebssliga.info
www.krebssliga.info
PK 60-13232-5
- 17 Krebsliga Zug**
Alpenstrasse 14
6300 Zug
Tel. 041 720 20 45
Fax 041 720 20 46
info@krebssliga-zug.ch
www.krebssliga-zug.ch
PK 80-56342-6
- 18 Krebsliga Zürich**
Freiestrasse 71
8032 Zürich
Tel. 044 388 55 00
Fax 044 388 55 11
info@krebssligazuerich.ch
www.krebssligazuerich.ch
PK 80-868-5
- 19 Krebshilfe Liechtenstein**
Im Malarsch 4
FL-9494 Schaan
Tel. 00423 233 18 45
Fax 00423 233 18 55
admin@krebshilfe.li
www.krebshilfe.li
PK 90-3253-1

Krebsliga Schweiz

Effingerstrasse 40
Postfach 8219
3001 Bern
Tel. 031 389 91 00
Fax 031 389 91 60
info@krebssliga.ch
www.krebssliga.ch
PK 30-4843-9

Broschüren

Tel. 0844 85 00 00
shop@krebssliga.ch
www.krebssliga.ch/
broschueren

Krebsforum

www.krebsforum.ch,
das Internetforum
der Krebsliga

Cancerline

www.krebssliga.ch/
cancerline,
der Chat für Kinder,
Jugendliche und
Erwachsene zu Krebs

Wegweiser

www.krebssliga.ch/
wegweiser,
ein Internetverzeichnis
der Krebsliga zu psychoso-
zialen Angeboten (Kurse,
Beratungen etc.)
in der Schweiz

Rauchstopplinie

Tel. 0848 000 181
max. 8 Rappen pro Minute
(Festnetz)
Montag bis Freitag
11–19 Uhr

Ihre Spende freut uns.

Krebstelefon 0800 11 88 11

Montag bis Freitag
9–19 Uhr
Anruf kostenlos
helpline@krebssliga.ch

Gemeinsam gegen Krebs

Überreicht durch Ihre Krebsliga: