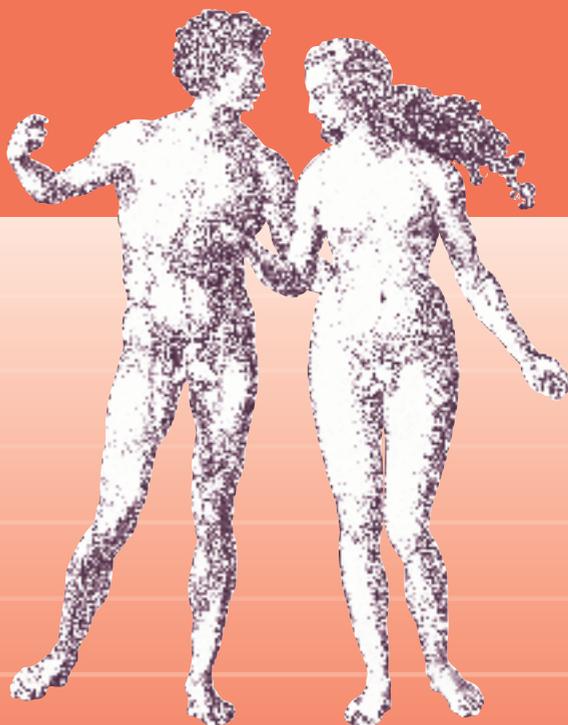




krebsliga

Eierstockkrebs

Eine Information der Krebsliga



Die Krebsligen der Schweiz: Nah, persönlich, vertraulich, professionell

Wir beraten und unterstützen Sie und Ihre Angehörigen gerne in Ihrer Nähe. Rund hundert Fachpersonen begleiten Sie unentgeltlich während und nach einer Krebserkrankung an einem von über siebzig Standorten in der Schweiz.

Zudem engagieren sich die Krebsligen in der Prävention, um einen gesunden Lebensstil zu fördern und damit das individuelle Risiko, an Krebs zu erkranken, weiter zu senken.

Impressum

Herausgeberin

Krebsliga Schweiz
Effingerstrasse 40, Postfach,
3001 Bern, Tel. 031 389 91 00,
www.krebsliga.ch

Projektleitung und Redaktion

Tino Heeg, Krebsliga Schweiz, Bern

Lektorat

Andrea Seitz, Krebsliga Schweiz, Bern

Faktencheck

Nicole Steck, Krebsliga Schweiz, Bern

Betroffenen als Expertin

Daniela Ben Saber, Dübendorf
Monika Glanzmann, Oberegg

Fachberatung

Dr. med. et phil. Julian Wampfler, Inselspital,
Univertitätsspital Bern

Titelbild

Nach Albrecht Dürer, Adam und Eva

Illustrationen

S. 9: Krebsliga

Fotos

S. 4: iStock

Satz

Carsten Klein, Torgau

Druck

Hartmann Druck & Medien GmbH, Hilzingen

Diese Broschüre ist auch in französischer und italienischer Sprache erhältlich.

© 2024, 2015, 2009, Krebsliga Schweiz, Bern | 3., vollständig überarbeitete Auflage

Inhalt

- 6 Kurz zusammengefasst**
- 9 Was sind die Eierstöcke?**
- 11 Was ist Eierstockkrebs?**
- 15 Welche Untersuchungen führen zur Diagnose Eierstockkrebs?**
- 20 Wie wird die Behandlung geplant?**
- 22 Wie wird Eierstockkrebs behandelt?**
- 28 Wie verläuft die Nachsorge nach Eierstockkrebs?**
- 31 Was tun bei Nebenwirkungen und Spätfolgen der Behandlungen?**
- 37 Ich möchte Beratung und weitere Informationen**



Liebe Leserin, lieber Leser

Die Broschüre beantwortet folgende Fragen:

- Was sind die Eierstöcke?
- Was ist Eierstockkrebs?
- Welche Beschwerden weisen auf Eierstockkrebs hin?
- Welche Untersuchungen braucht es für die Diagnose Eierstockkrebs?
- Welche Behandlungen kommen bei Eierstockkrebs infrage?

Haben Sie weitere Fragen? Möchten Sie oder Ihre Nahestehenden Unterstützung?

Dann wenden Sie sich an Ihr Behandlungsteam, an die Beraterinnen und Berater in den kantonalen und regionalen Krebsligen oder an das Krebstelefon: 0800 11 88 11.

Sie finden die Adressen und Telefonnummern der kantonalen und regionalen Krebsligen auf den letzten Seiten dieser Broschüre.

Wir wünschen Ihnen alles Gute.

Ihre Krebsliga

Nur dank
Spenden sind unsere
Broschüren
kostenlos erhältlich.

**Jetzt mit TWINT
spenden:**



QR-Code mit der
TWINT-App scannen.



Betrag eingeben
und Spende bestätigen.



Kurz zusammengefasst

Eierstockkrebs ist eine seltene Erkrankung: Im Jahr erkranken etwa 600 Menschen in der Schweiz. Viele Betroffene sind bei der Diagnose über 50 Jahre alt.

Was ist Eierstockkrebs?

Eierstockkrebs, oder Ovarialkarzinom, ist ein bösartiger Tumor in den Eierstöcken. Bei einem bösartigen Tumor vermehren sich Zellen unkontrolliert und können in gesundes Gewebe einwachsen und es schädigen.

Die Tumorzellen können sich über die Lymph- und Blutbahnen im Körper ausbreiten. Eine Ansammlung solcher Zellen an anderen Stellen im Körper heisst Metastase oder Ableger.

Eierstockkrebs kann zum Beispiel Metastasen im Darm oder in der Gebärmutter bilden.

Lesen Sie mehr im Kapitel «Was ist Eierstockkrebs?».

Welche Symptome und Beschwerden?

Wie erkenne ich Eierstockkrebs? Folgende Symptome und Beschwerden können Anzeichen für Eierstockkrebs sein:

- Sie haben Bauchschmerzen, Völlegefühle, Blähungen oder Verstopfungen,
- Sie verlieren Gewicht, ohne das zu wollen,
- Sie müssen öfter Wasser lassen als bisher üblich,
- Sie haben Schmerzen im Unterbauch,
- Sie haben Schmerzen beim Geschlechtsverkehr,
- Sie haben Blutungen ausserhalb der Monatsregel oder nach den Wechseljahren.

Die aufgeführten Symptome können aber auch von anderen Krankheiten kommen.

Haben Sie solche Beschwerden? Dann besprechen Sie es mit Ihrer Gynäkologin oder Ihrem Gynäkologen.

Was sind die Ursachen?

Jeder Mensch mit Eierstöcken kann an Eierstockkrebs erkranken, niemand hat Schuld daran. Die Fachleute kennen keine beeinflussbaren Faktoren, die zur Entstehung von Eierstockkrebs beitragen.

Die Fachleute kennen einige Risikofaktoren für Eierstockkrebs. Risikofaktoren sind zum Beispiel andere Erkrankungen, die Eierstockkrebs wahrscheinlicher machen.

Bei gewissen Betroffenen sind Veränderungen in ihrem Erbgut, den Genen, für die Entstehung von Eierstockkrebs verantwortlich.

Was sind Zeichen, die darauf hindeuten?

- Wenn in Ihrem Familienkreis Menschen mit Eierstockkrebs bekannt sind.
- Oder wenn Eltern, Kinder oder Geschwister Brustkrebs hatten.

Wenn etwas davon bei Ihnen zutrifft, dann ist für Sie eine vorsorgliche Beratung sinnvoll.

Lesen Sie mehr zu Ursachen und Risikofaktoren im Kapitel «Was ist Eierstockkrebs?».

Welche Untersuchungen führen zur Diagnose?

Wenn der Verdacht auf Eierstockkrebs besteht, müssen die Ärztinnen und Ärzte verschiedenen Untersuchungen machen. Damit versuchen die Ärzte herauszufinden, ob Sie operiert werden müssen.

Diese Untersuchungen können die Ärzte bei Ihnen durchführen:

- Untersuchung mit Ultraschall
- CT- oder MRT-Untersuchung

Um Eierstockkrebs zu diagnostizieren, müssen die Ärzte bei einer Operation eine Gewebeprobe entnehmen und untersuchen.

Bei dieser Operation versuchen die Ärzte meistens, den Tumor ganz zu entfernen.

Lesen Sie mehr dazu im Kapitel »Welche Untersuchungen führen zur Diagnose Eierstockkrebs?«.

Wie wird Eierstockkrebs behandelt?

Die wichtigsten Behandlungen sind: Operation, Therapien mit Medikamenten (Chemo und zielgerichtete Therapie). Eine Bestrahlung (Strahlentherapie) ist manchmal ebenfalls wirksam.

Bei einer Operation wird der Tumor entfernt. Die Chemo und die zielgerichtete Therapie bekämpfen die Krebszellen im ganzen Körper.

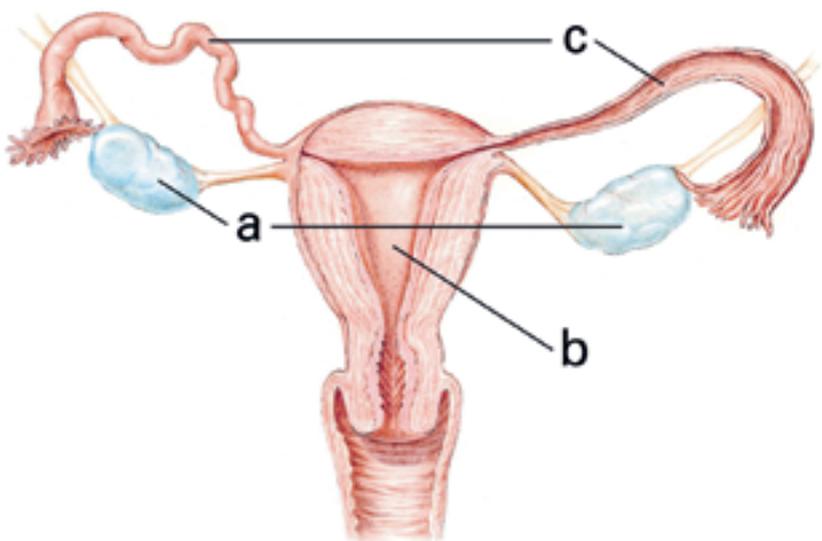
Die Heilungschance hängt von den Merkmalen der Erkrankung (Stadium und Biologie) und der betroffenen Person ab. Daher ist sie individuell.

Lesen Sie mehr im Kapitel «Behandlungen gegen Eierstockkrebs».

Was sind die Eierstöcke?

Das Wichtigste in Kürze

- Die Eierstöcke gehören zu den weiblichen Geschlechtsorganen.
- Sie liegen im Unterbauch.
- In den Eierstöcken reifen die Eizellen heran.



a) Eierstöcke, b) Gebärmutter und c) Eileiter

Die Eierstöcke sind weibliche Geschlechtsorgane. Sie haben mehrere Aufgaben. Zum einen reifen in den Eierstöcken die Eizellen. Zum

anderen produzieren die Eierstöcke wichtige Botenstoffe des Körpers, etwa die Sexualhormone Östrogen und Progesteron.

Wo sind die Eierstöcke?

Die Eierstöcke sind im unteren Bauch. Sie liegen in der Nähe der Blase und der Gebärmutter. Sie liegen rechts und links der Gebärmutter. Sie sind etwa 3 Zentimeter gross. Mit der Gebärmutter sind sie durch die Eileiter verbunden. Über die Eileiter kommen die Eizellen in die Gebärmutter.

Was passiert beim Eisprung?

Beim Eisprung reift in einem der beiden Eierstöcke eine Eizelle heran und verlässt dann den Eierstock. Die Eizelle wandert durch die Eileiter zur Gebärmutter. Auf dem Weg kann die Eizelle vom Sperma befruchtet werden.

Welche Rolle haben die Eierstöcke bei der Regelblutung?

Die erwachsene Frau hat während einem Teil ihres Lebens regelmässig Regelblutungen. Diese Blutungen werden auch Periode oder Menstruation genannt.

Bei der Regelblutung stösst die Gebärmutter einen Teil ihrer Schleimhaut ab. Der Vorgang vom Einsetzen der Regelblutung über den Eisprung bis zum letzten Tag vor der nächsten Regelblutung heisst Zyklus.

Die Eierstöcke senden Botenstoffe (Hormone) aus, die den Zyklus steuern. Durch bestimmte Hormone wird die Gebärmutter veranlasst, die Schleimhaut aufzubauen. Werden diese Hormone reduziert, stösst die Gebärmutter die Schleimhaut wieder ab.

Was ist Eierstockkrebs?

Das Wichtigste in Kürze

- Eierstockkrebs betrifft die Eierstöcke.
- Alle Menschen, die Eierstöcke haben, können daran erkranken.
- Die häufigste Form ist der epitheliale Eierstockkrebs.
- Manche Erkrankungen sind erblich bedingt.

Eierstockkrebs ist ein bösartiger Tumor in oder an den Eierstöcken. Von einem bösartigen Tumor sprechen wir, wenn sich Körperzellen unkontrolliert vermehren und einen Tumor aus Körpergewebe bilden.

Solche Tumoren können in das gesunde Gewebe einwachsen und es dadurch schädigen. Die Zellen eines bösartigen Tumors nennt man Krebszellen.

Krebszellen können sich über die Lymph- und Blutbahnen im Körper ausbreiten. Eine Ansammlung von Krebszellen an anderen Stellen im Körper nennt man Metastase oder Ableger.

Eierstockkrebs kann Metastasen bilden, zum Beispiel:

- im Bauchfell (das ist eine Haut, die den Bauchraum innen bedeckt),
- in der Gebärmutter,
- auf dem Darm.

Alle Menschen, die Eierstöcke haben, können an Eierstockkrebs erkranken. Das können neben Frauen auch trans Männer und non-binäre Menschen sein.

Welche Formen gibt es?

Epithelialer Eierstockkrebs

Die meisten Tumoren entwickeln sich aus dem Gewebe, das die Eierstöcke umgibt. Es heisst Epithel. Deshalb wird diese Form epithelialer Eierstockkrebs genannt. Etwa neun von zehn Tumoren gehören zu dieser Form.

Borderline-Tumoren

Auch diese Form entwickelt sich aus dem Gewebe, das die Eierstöcke umgibt (dem Epithel). Allerdings sind die Zellen dieser Tumoren auf der Grenze zwischen gutartig und bösartig. Daher stammt der Name dieser Tumoren: Borderline ist der englische Begriff für Grenze.

Weitere Formen

Diese Formen des Eierstockkrebses sind seltener:

- Keimstrang-Stroma-Tumoren: Diese Tumoren entstehen aus dem stützenden Gewebe der Eierstöcke.
- Keimzell-Tumoren: Diese Tumoren entstehen aus den Eizellen in den Eierstöcken.
- Tumoren, die in den Eileitern entstehen.

Welche Beschwerden weisen auf Eierstockkrebs hin?

Menschen, die an Eierstockkrebs erkranken, spüren oft lange Zeit nichts davon.

Wenn Sie über längere Zeit folgende Beschwerden haben, sollten Sie mit Ihrer Gynäkologin oder Ihrem Gynäkologen sprechen:

- Sie haben Bauchschmerzen, Völlegefühle, Blähungen oder Verstopfungen,
- Sie verlieren Gewicht oder nehmen zu, ohne das zu wollen,
- Sie müssen öfter Wasser lassen als bisher üblich,
- Sie haben Schmerzen im Unterbauch,
- Sie haben Schmerzen beim Geschlechtsverkehr,
- Sie haben Blutungen ausserhalb der Monatsregel oder nach den Wechseljahren.
- Sie haben ungewöhnlich starke, schmerzhaft oder lang andauernde Regelblutungen.

Diese Beschwerden können auch eine andere Ursache als Eierstockkrebs haben. Trotzdem empfehlen wir Ihnen, sie ärztlich abklären lassen.

Was erhöht das Risiko, Eierstockkrebs zu bekommen?

Von einigen Einflüssen ist bekannt, dass sie mögliche Gründe für die Entstehung von Krebs sind. Dies bedeutet nicht, dass diese Einflüsse immer zu einer Erkrankung führen. Sie erhöhen das Risiko, an Krebs zu erkranken.

Weshalb ein Mensch an Krebs erkrankt und ein anderer nicht, bleibt oft unklar. Niemand ist schuld, wenn sie oder er an Krebs erkrankt. Krebs kann jede und jeden treffen.

Einige Einflüsse können das Risiko für Eierstockkrebs erhöhen. Das sind die wichtigsten:

- Wenn Sie älter werden, steigt Ihr Krebsrisiko insgesamt.
- Sie haben ein familiäres Krebsrisiko für Brust- und Eierstockkrebs (mehr dazu lesen Sie im nächsten Abschnitt).
- Sie leiden an Endometriose.
- Sie hatten bereits eine Krebserkrankung.

Habe ich eine erbliche Form von Eierstockkrebs?

Wenn in Ihrer Familie mehrere Frauen an Eierstock- oder Brustkrebs erkrankt sind, dann kann es sich um eine erbliche Form handeln. Diese Ereignisse können darauf hinweisen:

- Eine verwandte Person ist an Eierstockkrebs erkrankt.
- Eltern, Geschwister oder Kinder sind an Brustkrebs erkrankt.
- Bei weiter entfernten Verwandten ist in jungen Jahren Brustkrebs entdeckt worden.
- Bei einem männlichen Verwandten ist Brustkrebs entdeckt worden.

Wenn eines dieser Ereignisse in Ihrer Familie eingetreten ist, besteht bei Ihnen eine erhöhte Wahrscheinlichkeit für eine erbliche Form der Krebserkrankung.

Wir empfehlen Ihnen, das mit Ihrer Gynäkologin oder Ihrem Gynäkologen zu besprechen. Oder wenden Sie sich an ein Zentrum, das genetische Beratungen anbietet.

tet. Die Fachpersonen können Ihnen genauer erklären, ob ein Gentest aus medizinischer Sicht für Sie sinnvoll wäre.

Beim Gentest untersuchen die Ärzte Ihr Erbgut (die Gene). Sie suchen dort nach Veränderungen in den Genen. Die Ärzte wissen, dass manche dieser Veränderungen Krebs verursachen können.

Soll ich einen Gentest machen?

Wenn Sie noch gesund sind, kann Ihnen ein Gentest Klarheit geben über eine erbliche Belastung.

- Wenn der Gentest negativ ausfällt, haben Sie keine besondere Belastung.
- Wenn er positiv ausfällt, haben Sie folgende Möglichkeit: Sie können die Eierstöcke vorsorglich entfernen lassen.

Wenn Sie bereits erkrankt sind, kann ein Gentest ebenfalls nützlich sein. Wenn er positiv ausfällt, können Sie Folgendes tun: Sie können Ihre Familie informieren. Denn vielleicht sind weitere Verwandte auch davon betroffen.

Ausserdem können Ihnen die Ärzte Medikamente verschreiben, die bei erblich bedingtem Eierstockkrebs besonders gut wirken.

Wir haben ausführliche Informationen für Sie dazu in den Krebsliga-Broschüren «Erblich bedingter Brust- und Eierstockkrebs» und «Erblich bedingter Krebs» zusammengefasst.

Sie können die Broschüre in unserem Shop bestellen oder herunterladen.

Welche Untersuchungen führen zur Diagnose Eierstockkrebs?

Das Wichtigste in Kürze

- Die Ärzte werden Sie zuerst körperlich untersuchen und einen Ultraschall durchführen.
- Danach werden sie eine MRT- oder CT-Untersuchung durchführen.
- Die endgültige Diagnose können die Ärzte aber erst nach einer Gewebeuntersuchung stellen.
- Hierfür ist meistens eine OP zur Gewebentnahme oder Festlegung des Tumorstadiums notwendig.

Mehrere Untersuchungen sind notwendig, um die Diagnose Eierstockkrebs zu stellen. Wir beschreiben Ihnen die wichtigsten davon:

Erste Untersuchungen durch die Frauenärztin

Ihre Ärztin fragt Sie:

- nach Ihren Beschwerden,
- nach Ihren früheren Krankheiten und Behandlungen,
- ob Personen in Ihrer Familie Krebs haben oder hatten.

Ausserdem tastet die Ärztin Ihren Bauch ab. Zudem untersucht die Ärztin die Scheide und den Mut-

termund mit einem Spiegel. Der Muttermund ist der Eingang des Gebärmutterhalses.

Wie läuft eine Ultraschall-Untersuchung ab?

Die Ärztin wird wahrscheinlich einen Ultraschall bei Ihnen durchführen. Dabei führt sie eine schmale Ultraschallsonde in die Scheide ein. Damit kann sie die Eierstöcke, die Eileiter und die Gebärmutter von innen untersuchen.

Beim Ultraschall wird mit Schallwellen ein Bild vom untersuchten

Bereich erstellt. Die Untersuchung ist für Sie meistens schmerzlos und bringt keine Strahlenbelastung mit sich.

Wie läuft eine CT- oder MRT-Untersuchung ab?

Die Ärztin wird vielleicht eine CT- oder MRT-Untersuchung bei Ihnen anordnen.

Bei diesen Untersuchungen können die Ärzte genaue Bilder von Ihren inneren Organen machen. Für CT- und MRT-Untersuchungen müssen Sie sich meistens nicht besonders vorbereiten.

Vielleicht erhalten Sie vor der MRT-Untersuchung ein Kontrastmittel oder ein Medikament, das die Darmaktivität verlangsamt.

Die Untersuchungen selbst sind alle schmerzlos. Die MRT-Untersuchung ist recht laut, Sie erhalten deshalb einen Schutz für die Ohren. Die Untersuchungen selbst dauern zwischen 30 und 50 Minuten.

Nach den Untersuchungen können Sie das Spital oder die Praxis sofort wieder verlassen.

Endgültige Diagnose erst bei einer OP oder Biopsie

Die Ärztinnen und Ärzte können erst durch eine Operation (OP) oder Biopsie endgültig feststellen, ob Sie Eierstockkrebs haben. Bei der Biopsie entfernen die Ärztinnen und Ärzte etwas Gewebe aus dem Tumor. Bei der OP entfernen die Ärzte den Eierstock mit dem Tumor. Fachpersonen untersuchen noch während der OP das Gewebe des Tumors unter dem Mikroskop. Sie stellen fest, ob es Krebs ist oder nicht. Danach entfernen sie den Tumor möglichst komplett.

Ausserdem untersuchen die Ärztinnen und Ärzte während der OP Ihren Bauchraum sehr genau. Sie nutzen dazu unterschiedliche Methoden.

Zum Beispiel entnehmen sie Gewebe von unterschiedlichen Stel-

len im Bauchraum. So können die Ärztinnen und Ärzte feststellen, ob der Eierstockkrebs im Bauchraum gestreut hat.

Wenn der Tumor gestreut hat, entfernen die Ärztinnen und Ärzte bei derselben OP auch diese Tumoren. Dabei entfernen sie vielleicht auch Teile Ihres Darms oder anderer Organe, die in der Nähe der Eierstöcke liegen.

Fast immer entfernen die Ärztinnen und Ärzte bei der OP die Gebärmutter.

«Operatives Staging» während der OP

Die Ärztinnen und Ärzte nennen das genaue Untersuchen während der OP «operatives Staging». «Staging» ist englisch und heisst übersetzt etwa: Zuordnung zu einem Stadium.

Je nachdem, welches Stadium der Tumor hat, entscheiden die Ärztinnen und Ärzte über die folgende Behandlung. Die Ärztinnen und Ärzte benutzen dazu Klassifikatio-

nen, in denen die Stadien genau beschrieben werden.

Sie erfahren dazu mehr im folgenden Abschnitt «Wie weit ist der Eierstockkrebs fortgeschritten?»

Es ist sehr wichtig, dass diese Operation von spezialisierten Ärztinnen und Ärzten gemacht wird. Diese Ärztinnen und Ärzte heissen Gynäkoonkologen. Es sind Mediziner, die sich auf die Behandlung von gynäkologischen Krebserkrankungen spezialisiert haben.

Weshalb ist das so wichtig?

- Ziel ist es, den Tumor komplett zu entfernen. So haben Sie eine möglichst hohe Heilungschance.
- Ärztinnen und Ärzte, die sich auf diese OP spezialisiert haben und diese oft machen, sind geübter darin, den Tumor komplett zu entfernen.

Fragen Sie schon vor der OP bei Ihren behandelnden Ärztinnen und Ärzten nach, ob die OP von Gynäkoonkologen durchgeführt wird. Sie können auch fragen, wie oft

diese OP in Ihrem Spital pro Jahr durchgeführt wird.

Falls Ihnen die Zahl zu niedrig vorkommt, können Sie in einem anderen Spital nachfragen und diese Zahl vergleichen.

Was tun, wenn Sie einen Kinderwunsch haben?

Sprechen Sie unbedingt noch vor der OP mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt darüber, dass Sie einen Kinderwunsch haben.

Je nachdem, wie weit der Eierstockkrebs fortgeschritten ist, kann es für Sie noch verschiedene Möglichkeiten geben.

Besprechen Sie diese Möglichkeiten vor der OP mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt. Fragen Sie dabei nach den Risiken und möglichen Kosten für Sie.

Was tun, wenn der Krebs zufällig bei einer OP entdeckt wird?

Vielleicht wurde bei Ihnen der Tumor zufällig bei einer anderen OP entdeckt. Es ist wichtig, dass Sie

dann zur weiteren Behandlung zu einer Spezialistin oder einem Spezialisten für solche Erkrankungen gehen.

Es kann sein, dass die Spezialistin Ihnen eine weitere OP vorschlägt. Damit will sie sichergehen, dass alle Tumorreste aus Ihrem Bauchraum entfernt wurden. Und sie will ganz genau wissen, welchen Tumor Sie haben.

Weshalb ist das so wichtig?

- Je besser der Tumor entfernt wurde, desto besser sind Ihre Heilungschancen.
- Je genauer die Ärztin weiss, welchen Tumor Sie haben, desto genauer kann sie die Behandlung anpassen.

Wer sind Spezialisten für Eierstockkrebs?

Fachärztinnen und Fachärzte der Frauenheilkunde heissen Gynäkologen. Es gibt Gynäkologen, die sich auf Onkologie (Krebsheilkunde) spezialisiert haben. Die Fachrichtung dieser Ärzte kann gynäkologische Onkologie oder Gynäkoonkologie heissen.

Wie weit ist der Eierstockkrebs fortgeschritten?

Nach der OP und den Ergebnissen aus dem Labor können die Ärztinnen und Ärzte genau feststellen, wie weit fortgeschritten der Eierstockkrebs ist.

Die Fachpersonen richten sich dabei nach Systemen, die «Klassifikationen» heissen. Damit können die Fachpersonen den Eierstockkrebs so einordnen, dass es auch andere Ärzte und Spezialisten sofort verstehen.

Für Eierstockkrebs gibt es zwei Klassifikationen: TNM-Klassifikation und FIGO-Klassifikation. Hier ist eine vereinfachte Zusammenfassung:

TNM- und FIGO-Klassifikation (vereinfacht)

- **T1 (FIGO I):** Tumor ist begrenzt auf Eierstöcke.
- **T2 (FIGO II):** Tumor hat sich im Becken ausgebreitet.

- **T3 (FIGO III):** Tumor hat sich ausserhalb des Beckens ausgebreitet und/oder es gibt Metastasen in den Lymphknoten.
- **M1 (FIGO IV):** Es gibt Metastasen in anderen Organen (Fernmetastasen).

Ihre Ärztin oder Ihr Arzt kann Ihnen erklären, was die FIGO- und TNM-Klassifikation Ihres Tumors bedeutet.

Wie wird die Behandlung geplant?

Ärztinnen und Ärzte aus unterschiedlichen Fachrichtungen planen an einer gemeinsamen Sitzung die Behandlung. Diese gemeinsame Sitzung heisst Tumorboard oder Tumorkonferenz.

Ihre behandelnde Ärztin empfiehlt Ihnen nach dem Tumorboard die für Sie am besten geeignete Behandlung.

Von was hängt die Behandlung ab?

Welche Behandlung infrage kommt, ist abhängig:

- vom Krankheitsstadium
- wie schnell der Tumor wächst
- ob weitere Erkrankungen vorliegen
- von Ihrem allgemeinem Gesundheitszustand
- gemäss einer individuellen Besprechung, so dass Ihre Wünsche berücksichtigt werden können

Fragen Sie nach

Sie können jederzeit Fragen zur Wahl der Behandlung stellen.

Stimmen Sie einer Behandlung erst zu, wenn Sie über das Vorgehen und mögliche Folgen informiert wurden.

Sie haben das Recht, eine Behandlung abzulehnen oder Bedenkzeit zu verlangen.

Fragen Sie bei Ärztin, Arzt oder Pflegepersonal nach:

- Wie viel Erfahrung hat das Behandlungsteam mit meiner Krebserkrankung? Die Erfahrung kann den Krankheitsverlauf und die Lebensqualität beeinflussen.
- Welche Behandlung ist für mich am besten? Welche Vor- und Nachteile hat diese Behandlung?
- Mit welchen Nebenwirkungen muss ich rechnen? Sind diese vorübergehend oder dauerhaft? Was kann ich dagegen tun?

- Kann ich nach der Therapie noch Kinder bekommen?
- Kann ich nach der Behandlung wieder Sex wie vorher haben?
- Kann es sein, dass ich einen künstlichen Darmausgang bekomme? Wenn ja, was bedeutet das für mich?

Zweitmeinung

Sie können jederzeit eine Zweitmeinung einholen. Ihr Behandlungsteam kennt diese Möglichkeit und wird Ihnen Ihre Unterlagen geben. Sie können sich mit den Unterlagen an andere Ärztinnen und Ärzte oder Spitäler wenden.

Eine Zweitmeinung kann zum Beispiel in diesen Fällen sinnvoll sein:

- Wenn Sie sich unsicher sind.
- Wenn eine grosse Operation bevorsteht.
- Wenn Ihr Arzt oder Ihre Ärztin nicht für diese Erkrankung spezialisiert ist.

Meist übernehmen die Krankenkassen die Kosten. Fragen Sie jedoch zur Sicherheit vorher bei Ihrer Krankenkasse nach.

Was ist das Ziel der Behandlung?

Bei der Behandlung gibt es abhängig von der Heilungsaussicht zwei Ziele:

- kurativ
- palliativ

Bei einem kurativen Behandlungsziel versucht Ihr Behandlungsteam den Krebs zu heilen. Ob bei Eierstockkrebs eine Heilung möglich ist, hängt von verschiedenen Faktoren ab. Fragen Sie Ihre Ärztinnen und Ärzte, wie Ihre Heilungschancen sind.

Bei einem palliativen Behandlungsziel versucht Ihr Behandlungsteam, das Fortschreiten der Krankheit hinauszuzögern und die bestmögliche Lebensqualität zu erhalten.

Haben Sie Fragen?

Wenden Sie sich an die Beratern der kantonalen oder regionalen Krebsligen oder rufen Sie das Krebstelefon an: 0800 11 88 11.

Wie wird Eierstockkrebs behandelt?

Das Wichtigste in Kürze

- Bei einer Operation versuchen die Ärztinnen und Ärzte, den Tumor komplett zu entfernen.
- Nach der OP, selten auch vor und nach der OP, erhalten Sie eine Chemotherapie.
- In gewissen Situationen kann eine Erhaltungstherapie das Risiko für einen Rückfall vermindern.

Die Ärztinnen und Ärzte versuchen in einer OP, den Tumor komplett zu entfernen. Danach erhalten Sie in der Regel eine Chemotherapie, auch Chemo genannt.

Haben Sie Krebs in fortgeschrittenem Stadium, verschreibt Ihnen die Ärztin oder der Arzt möglicherweise zusätzlich eine sogenannte Erhaltungstherapie.

Diese soll zurückgebliebene Krebszellen bekämpfen und Sie so besser vor einem Rückfall schützen. Falls es zu einem Rückfall kommt, haben die Ärztinnen und Ärzte verschiedene Möglichkeiten, Sie zu behandeln.

Operation bei Eierstockkrebs

Für die Operation öffnen die Ärztinnen und Ärzte Ihren Bauch mit einem Schnitt von oben nach unten. Die Ärztinnen und Ärzte entnehmen als Erstes den vom Tumor befallenen Eierstock.

Eine Expertin oder ein Experte untersucht sofort, ob es sich bei dem Tumor um Krebs handelt.

Falls es sich um Eierstockkrebs handelt, untersuchen die Ärztinnen und Ärzte den gesamten Bauchraum nun intensiv. Falls der Tumor gestreut hat, entfernen sie alle Metastasen des Tumors.

Da die Eierstöcke im Unterbauch liegen, können verschiedene Organe und Gewebe von einer Metastase des Tumors betroffen sein.

Die Ärztinnen und Ärzte entfernen die betroffenen Organe oder das betroffene Gewebe komplett oder teilweise. Sie arbeiten bei der OP deshalb in einem Team von Spezialisten.

Falls der Darm oder die Blase betroffen ist, entfernen die Ärztinnen und Ärzte die betroffenen Stellen und Abschnitte. Danach verschliessen sie den Darm oder die Blase wieder.

Wenn das nicht möglich ist, legen die Ärztinnen und Ärzte einen künstlichen Ausgang, ein sogenanntes Stoma.

Da es sich um eine mehrstündige Operation handelt, werden Sie danach ein bis zwei Wochen im Spital bleiben müssen.

Wie lange der Aufenthalt dauert, hängt von unterschiedlichen Faktoren ab. Fragen Sie Ihre Ärztin-

nen und Ärzte und das Behandlungsteam danach.

Welche Nebenwirkungen bei einer Operation?

Fast immer entfernen die Ärztinnen und Ärzte bei der Operation auch die gesamten Eierstöcke. Personen vor den Wechseljahren werden von einem Tag auf den anderen durch die Operation in den Zustand nach den Wechseljahren versetzt.

Sie leiden nach der Operation sehr wahrscheinlich an Beschwerden durch die fehlenden Hormone. Die Ärztinnen und Ärzte nennen das Wechseljahrbeschwerden oder klimakterische Beschwerden.

Sprechen Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt vor der Operation darüber, wenn Sie noch nicht in den Wechseljahren sind. Sie oder er kann Ihnen erklären, ob in Ihrem Fall eine Behandlung mit Medikamenten sinnvoll ist.

Die Ärztin oder der Arzt kann Ihnen erklären, welche Risiken Sie durch das Einnehmen der Hormone haben, aber auch, was es Ihnen nützt.

Chemotherapie bei Eierstockkrebs

In den meisten Fällen folgt auf die OP eine Chemotherapie, auch kurz Chemo genannt. Selten erhalten Sie vor und nach der OP eine Chemo.

Die Chemo vernichtet kleinste Absiedelungen des Tumors, die sich noch in Ihrem Körper befinden. Damit verbessert die Chemo Ihre Heilungschancen.

Sie erhalten die Chemo wenige Wochen nach der Operation. Die Chemo umfasst 6 Zyklen, die jeweils 3 Wochen dauern. Das heißt, Sie erhalten eine Chemo als Infusion alle 3 Wochen, und das sechsmal. Alternativ gibt es die Möglichkeit, dass Sie die Chemo jede Woche über 18 Wochen hinweg bekommen.

Die Infusion und die dazugehörige Pause nennen die Fachpersonen einen Zyklus. Insgesamt dauert die Behandlung mit der Chemo in der Regel 4 Monate.

Die Infusionen der Chemo können Sie ambulant im Spital oder in einer onkologischen Praxis erhalten. Die Infusion dauert einige Stunden.

Lassen Sie die Zähne vor der Chemo kontrollieren

Gehen Sie vor der Chemo zu Ihrer Zahnärztin oder Ihrem Zahnarzt. Fragen Sie nach einem Zahnstatus. Das ist ein schriftlicher Bericht über Ihre Zähne. Sie zeigen mit dem Zahnstatus, dass Ihre Zähne vor der Chemo gesund sind.

Der Zahnarzt schaut auch, ob Sie versteckte Entzündungen im Mund haben. Er behandelt diese Entzündungen, bevor Sie mit einer Chemo beginnen.

Warum ist das wichtig?

Die Behandlungen gegen Krebs können Ihre Zähne schädigen. Wenn die Behandlung Ihre Zähne beschädigt hat, können Sie abklären, ob die Krankenkasse die Kosten übernimmt. Für diese Abklärung brauchen Sie den Zahnstatus.

Welche Nebenwirkungen bei Chemo?

Die Chemo schädigt auch gesunde Zellen. Die gesunden Zellen erholen sich aber meistens wieder.

Das sind zum Beispiel:

- die Zellen des Knochenmarks,
- die Haarwurzelzellen,
- die Schleimhautzellen (Mund, Darm, Vagina),
- die Nervenzellen.

Deswegen treten Beschwerden auf. Hier sind die wichtigsten:

- Bei Infusionen alle 3 Wochen fallen Ihre Haare aus. Wenn Sie das nicht möchten, können die Infusionen wöchentlich gegeben werden und Sie erhalten dabei eine Kühlhaube für Ihren Kopf. Dadurch verlieren Sie weniger Haare.
- Selten kann es passieren, dass Sie erbrechen müssen.
- Wenn Sie Fieber über 38 Grad haben, besteht das Risiko einer

Blutvergiftung. Wichtig: Rufen Sie sofort (auch am Wochenende) Ihr Behandlungsteam an!

- Manches Essen riecht und schmeckt schlechter oder anders.
- Sie spüren Kribbeln in den Fingern und Zehen. Das kann über Monate und Jahre fortbestehen.
- Sie bekommen häufiger eine Entzündung.
- Sie können bei der Infusion der Chemo eine allergische Reaktion bekommen.

Nach der Chemo erholen Sie sich von vielen dieser Beschwerden wieder. Manche Beschwerden bleiben länger.

Haben Sie Beschwerden?

Fragen Sie Ihr Behandlungsteam, bei welchen Beschwerden Sie sich sofort melden sollen. Ihr Behandlungsteam weiss auch Rat, was Sie gegen Beschwerden tun können.

Wann bekomme ich eine Erhaltungstherapie?

Wenn der Eierstockkrebs bei Ihnen in einem fortgeschrittenen Stadium war, dann schlagen Ihnen die Ärzte oft eine Erhaltungstherapie vor.

Für die Erhaltungstherapie bekommen Sie andere Medikamente, die keine Chemotherapien sind.

Welche Medikamente bei der Erhaltungstherapie?

Sie bekommen Medikamente, die zurückgebliebene Krebszellen zielgerichtet bekämpfen. Die Fachpersonen sprechen deshalb von zielgerichteten Therapien.

Diese Medikamente haben normalerweise weniger starke Nebenwirkungen als die Chemo.

Sie nehmen die Medikamente für eine Erhaltungstherapie über einen längeren Zeitraum ein. Oft sind das mehrere Monate oder einige Jahre.

Sie erhalten diese Medikamente als Tabletten oder als Infusionen. Da-

für müssen Sie für einige Stunden ins Spital oder in eine onkologische Praxis.

Nach der Infusion können Sie wieder nach Hause gehen.

Welche Nebenwirkungen bei einer zielgerichteten Therapie?

Zielgerichtete Therapien sind in der Regel relativ gut verträglich, es können aber dennoch verschiedene Nebenwirkungen auftreten. Hier sind die wichtigsten:

- Magen-Darm-Beschwerden
- Müdigkeit
- Blutarmut
- erhöhtes Risiko für Infektionen
- Kopfschmerzen
- Durchbrüche in der Magen- oder Darmwand
- Innere Blutungen
- Thrombosen (Verschlüsse von Blutgefäßen)

Wenn Sie während der Therapie ungewohnte Symptome haben oder unsicher sind, sprechen Sie mit Ihren Ärztinnen, Ärzten oder dem medizinischen Team. Sie können Ihnen helfen, allfällige Neben-

wirkungen der Medikamente zu lindern.

Da Sie die Erhaltungstherapie über einen längeren Zeitraum erhalten, ist es wichtig, dass Sie sie gut vertragen. Ihr Behandlungsteam kann weitere Medikamente, Massnahmen oder eine Verringerung der Dosis diskutieren, um Nebenwirkungen zu vermindern.

Welche Therapien Ihnen von den Ärzten bei einem Rückfall empfohlen werden, hängt von vielen Faktoren ab.

Lassen Sie sich das Ziel der Behandlungen und die Behandlungen von Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt erklären.

Welche Therapie bekomme ich bei einem Rückfall?

Wenn Sie nach Abschluss der Behandlungen wieder an Krebs erkranken, kann das ein Rückfall sein. Die Ärzte sprechen von einem Rezidiv.

Bei einem Rückfall können die Ärzte alle genannten Behandlungen erneut durchführen. Zusätzlich können die Ärzte Sie mit einer Strahlentherapie behandeln.

Wie verläuft die Nachsorge nach Eierstockkrebs?

Das Wichtigste in Kürze

- Nach Abschluss der Behandlungen oder während der Erhaltungstherapie werden Sie regelmässig zu Nachsorgeuntersuchungen eingeladen.
- Ausserdem können Sie eine Reha machen, um sich besser zu erholen.
- Weitere wichtige Themen in dieser Zeit sind auch Psychoonkologie sowie Sexualität und Partnerschaft.

Nach Abschluss der Chemotherapie müssen Sie regelmässig untersucht werden. Die Untersuchungen dienen der Nachsorge: Die Ärztinnen und Ärzte wollen kontrollieren, ob Sie weiterhin gesund sind.

Falls Sie eine Erhaltungstherapie bekommen, wollen die Ärztinnen und Ärzte auch kontrollieren, ob diese Therapie wirkt.

Die Nachsorgeuntersuchungen finden regelmässig statt. Anfangs müssen Sie alle drei Monate, später alle sechs Monate und schliesslich jährlich zur Untersuchung.

Ihre Ärztin oder Ihr Arzt untersucht Sie dabei mit Ultraschall. Vielleicht wird sie oder er Ihnen auch eine MRT-Untersuchung empfehlen.

Nachsorge bei Patientinnen mit einer BRCA-Mutation oder Lynch-Syndrom

Wurde bei Ihnen beim Gentest eine BRCA-Genmutation oder eine Lynch-Syndrom-Genmutation nachgewiesen, haben Sie ein erhöhtes Risiko für eine erneute Krebserkrankungen.

Deshalb benötigen Sie eine intensivere Nachsorge.

Diese Nachsorge umfasst zum Beispiel regelmässige Untersuchungen auf Veränderungen der Haut, der Brust (für BRCA) oder von Magen und Darm (für Lynch-Syndrom).

Sprechen Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt darüber. Erinnern Sie Ihren Arzt unbedingt aktiv daran, dass bei Ihnen diese Genmutation festgestellt wurde.

Fragen Sie konkret nach, wie ein sinnvoller Vorsorgeplan für Sie aussieht.

Onkologische Rehabilitation

Eine Rehabilitation umfasst alle Behandlungen, die Ihnen helfen, wieder gesund zu werden.

Wenn die Reha speziell gemacht ist für Menschen mit Krebs, spricht man von einer «onkologischen Rehabilitation». In der Umgangssprache

verwendet man oft den Begriff Reha.

Welche Rehas gibt es?

Für eine Reha sind Sie mehrere Wochen in einem Reha-Spital. Das nennt man eine stationäre Reha.

Oder Sie haben über zwölf Wochen immer wieder einzelne Termine in einem Spital oder einer Praxis. Das nennt man eine ambulante Reha.

Sie können eine Reha vor, während oder nach den Behandlungen machen.

Sprechen Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt, wenn Sie eine Reha machen möchten.

Wer bezahlt die Reha?

Die Grundversicherung der Krankenversicherung bezahlt normalerweise die Reha. Es gibt einen Unterschied zwischen ambulanter und stationärer Reha:

- Ambulante Reha: Wenn Ihre Ärztin oder Ihr Arzt die Reha verordnet hat, bezahlt die Krankenkasse.

- Stationäre Reha: Hier muss die Ärztin oder der Arzt zuerst bei der Krankenkasse nachfragen. Wenn die Krankenkasse zustimmt, übernimmt sie die Kosten.

Sexualität und Partnerschaft

Die Behandlungen sind belastend für Ihren Körper und für Ihre Psyche. Vielen Betroffenen fehlt in dieser Zeit die Lust auf Sex. Andere Betroffene sind auch während den Behandlungen sexuell aktiv.

Es gibt kein Richtig oder Falsch. Wichtig ist nur, dass Sie und Ihre Partnerin oder Ihr Partner sich damit wohlfühlen.

Zudem ist es wichtig, dass Sie während und einige Zeit nach der Chemo oder Bestrahlung sicher verhüten, damit Sie nicht schwanger werden.

Wenn Sie nach Ende der Behandlungen wieder Lust auf Sex bekommen, aber Sie oder Ihre Partnerin oder Ihr Partner noch Fragen dazu haben, können Sie sich jederzeit von Ihrem Behandlungsteam beraten lassen.

Auch die Beraterinnen und Berater der kantonalen und regionalen Krebsligen sowie des Krebstelefon stehen Ihnen zur Verfügung – persönlich oder per Telefon, Mail oder Chat.

Was tun bei Nebenwirkungen und Spätfolgen der Behandlungen?

Das Wichtigste in Kürze

- Während und nach den Behandlungen können Sie an verschiedenen Nebenwirkungen leiden.
- Wichtig ist, dass Sie immer mit Ihren Ärzten und dem Behandlungsteam über Ihre Beschwerden sprechen. Sie können Ihnen helfen, diese Nebenwirkungen zu lindern.

Schmerzen

Wenden Sie sich an Ihr Behandlungsteam, wenn Sie Schmerzen haben. Die vielfältigen Möglichkeiten der Schmerztherapie sollten unbedingt ausgeschöpft werden. Das auf Schmerztherapie spezialisierte Personal unterstützt Sie.

Diese Möglichkeiten helfen gegen Schmerzen:

- Medikamente
- Operation
- Strahlentherapie
- Chemotherapie

Weitere Möglichkeiten sind:

- Akupunktur
- Physiotherapie
- Bewegung, Sport
- Meditation, autogenes Training
- psychoonkologische Beratung, Psychotherapie

In der Broschüre «Schmerzen bei Krebs und ihre Behandlung» finden Sie ausführliche Informationen zum Thema. Im Shop können Sie die Broschüre bestellen oder herunterladen.

Seelische Belastungen (psychische Belastungen)

An Eierstockkrebs zu erkranken, kann Sie körperlich stark belasten. Sie müssen Behandlungen wie OP und Chemo verkraften.

Die Erkrankung kann Sie zudem seelisch belasten. Sie können zum Beispiel folgende Gefühle haben:

- Sie fühlen sich traurig oder hoffnungslos.
- Sie fühlen sich gestresst oder unruhig.
- Sie fühlen Angst oder Panik.
- Sie fühlen eine grosse Leere.
- Sie haben Probleme mit dem Schlafen.
- Sie grübeln oft.

Sie können sich bei diesen oder anderen Belastungen Hilfe von Fachpersonen holen. Diese Fachpersonen sind zum Beispiel Psychoonkologinnen und Psychoonkologen.

Die Psychoonkologie ist eine besondere Form der Psychologie, die sich auf die seelische Unterstützung von Krebspatientinnen und -patienten spezialisiert hat.

Fachpersonen mit einer Ausbildung in Psychoonkologie können Ihnen helfen, die seelischen Belastungen besser zu bewältigen.

Wenn Sie unsicher sind, sprechen Sie mit einer Beraterin oder einem Berater Ihrer kantonalen oder regionalen Krebsliga.

Sie können zudem mit einer Beraterin oder einem Berater des Krebstelefons telefonieren, mailen oder chatten:

- Telefon: 0800 11 88 11
- Mail: helpline@krebsliga.ch
- Chat: <https://www.krebsliga.ch/beratung-unterstuetzung/chat>

Wechseljahre (klimakterische Beschwerden)

Wenn Ihnen bei der Operation beide Eierstöcke entfernt wurden, können diese keine Hormone mehr produzieren. Falls Sie noch nicht in der Menopause waren, beginnt diese sofort nach der Operation.

Sprechen Sie in dem Fall vor der Operation mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt darüber, ob Sie nach der OP Hormone nehmen sollen.

Ihre Ärztin kann Ihnen sagen, welche Vor- und Nachteile dadurch für Sie entstehen. Dann können Sie gemeinsam entscheiden.

Typische Beschwerden der Wechseljahre sind zum Beispiel diese:

- Sie schlafen schlechter,
- Sie fühlen plötzlich Wärme oder Hitze (Hitzewallungen),
- Ihre Stimmungen wechseln schnell,
- Sie bekommen trockene Haut und Schleimhäute.

Gegen einige Beschwerden der Wechseljahre können Sie Massnahmen ergreifen:

- Sie können körperlich aktiv werden,
- Sie können Ihre Ernährung umstellen,
- Sie können Übungen machen, die Sie entspannen (zum Beispiel Achtsamkeit oder Yoga).
- Sie können sich mit Akupunktur behandeln lassen.

Sprechen Sie mit Ihrer Ärztin, Ihrem Arzt oder Ihrem Behandlungsteam über Ihre Beschwerden. Sie können Ihnen weitere Tipps geben, wie Sie besser mit den Beschwerden der Wechseljahre umgehen können.

Erschöpfung (Fatigue)

Vielleicht fühlen Sie sich während oder nach den Behandlungen körperlich oder seelisch erschöpft. Wenn Sie diese Erschöpfung über mehrere Wochen fühlen und wenn die Erschöpfung auch nach dem Schlafen nicht verschwindet, kann

es sich um eine sogenannte Fatigue handeln.

Fatigue ist der medizinische Begriff für eine dauernde tiefe Erschöpfung.

Menschen, die an Krebs erkrankt sind und eine OP oder Chemo hatten, leiden zum Teil an einer Fatigue. Den Fachpersonen ist das als Fatigue im Zusammenhang mit Krebs bekannt.

Wenn Sie diese Beschwerden haben, sprechen Sie unbedingt mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt darüber. Sie können verschiedene Massnahmen dagegen ergreifen.

Lesen Sie mehr zu Fatigue auf unserer Webseite «Fatigue bei Krebs» oder bestellen Sie die Broschüre in unserem Shop.

Taubheit in Füssen und Händen (Neuropathie)

Durch die Chemo können Sie Taubheit in den Füssen und Hän-

den entwickeln. Manchmal kann sich diese Taubheit auch als Kribbeln oder als Schmerzen äussern.

Die Fachpersonen nennen das Neuropathien.

Der Grund für diese Taubheit ist, dass die Nerven durch die Chemo beschädigt werden. Oft kann Ihr Körper das wieder reparieren, und die Beschwerden lassen nach oder verschwinden ganz.

Die Taubheit kann für Sie unangenehm und belastend sein. Sie können dadurch in Ihrem Alltag eingeschränkt werden.

Zum Beispiel können Sie bei Taubheit in den Händen Knöpfe an Kleidern schlechter öffnen oder schliessen. Bei Taubheit in den Füssen fühlen Sie sich vielleicht beim Gehen unsicher und können hinfallen.

Wenn Sie diese Beschwerden haben, sprechen Sie unbedingt mit Ihrer Ärztin, Ihrem Arzt oder Ihrem Behandlungsteam. Sie können dagegen Massnahmen ergreifen.

Stau der Lymphflüssigkeit in den Beinen (Lymphödem)

Bei der Operation haben die Chirurgen wahrscheinlich einige Lymphknoten entfernen müssen.

Lymphknoten sind Teil des Lymphsystems in Ihrem Körper. Das Lymphsystem ist ein Netz von Gefäßen im ganzen Körper. Der Körper transportiert über das Lymphsystem verschiedene Stoffe durch den Körper.

Wenn bei Ihnen Lymphknoten entfernt wurden, kann es sein, dass sich danach Lymphflüssigkeit zum Beispiel in einem Bein staut. Die Ärzte nennen das ein Lymphödem.

Wenn Sie bemerken, dass Sie eine Schwellung in einem Bein oder am Bauch haben, sprechen Sie unbedingt mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt.

Es ist wichtig, dass die Mediziner schnell den Grund für die Schwellung klären. Sie können dann Massnahmen ergreifen.

Lesen Sie mehr zu Lymphödemen auf unserer Webseite «Das Lymphödem nach Krebs» oder bestellen Sie die Broschüre im Shop.

Künstlicher Darm- oder Blasenaustritt (Stoma)

Manchmal müssen die Ärztinnen und Ärzte während der Operation einen künstlichen Darm- oder Blasenaustritt anlegen. Die Fachleute nennen das ein Stoma.

Das ist der Fall, wenn zum Beispiel auch der Darm oder die Blase vom Tumor befallen ist.

Häufig können die Ärztinnen und Ärzte diesen künstlichen Ausgang nach einiger Zeit wieder verschließen. Ihr Darm oder Ihre Blase kann dann wieder normal oder fast normal funktionieren.

Es kann jedoch sein, dass Sie dauerhaft mit dem künstlichen Ausgang leben müssen.

Sie bekommen im Spital eine Schulung. Eine Expertin (Stomatheapeutin) zeigt Ihnen, wie Sie die Beutel wechseln können und wie Sie das Stoma pflegen sollten.

Viele Betroffene berichten, dass sie mit dem Stoma gut leben können.

Lesen Sie mehr zu den verschiedenen Stomas auf unserer Webseite «Leben mit einem Stoma».

Oder bestellen Sie die Broschüre zum künstlichen Darmausgang «Ileostoma und Colostoma» oder zum künstlichen Blasenausgang «Urostoma» kostenlos in unserem Shop.

Ich möchte Beratung und weitere Informationen

Die kantonale oder regionale Krebsliga

Berät, begleitet und unterstützt Betroffene und Angehörige. Zum Angebot gehören:

- Sie können persönliche Gespräche führen.
- Sie können Versicherungs- und Finanzierungsfragen klären.
- Beraterinnen und Berater unterstützen Sie beim Ausfüllen einer Patientenverfügung.
- Sie finden Kurs- und Seminarangebote.
- Beraterinnen und Berater vermitteln Ihnen eine Fachperson, zum Beispiel für eine Ernährungsberatung, für komplementäre Therapien oder für psychoonkologische Beratung und Therapie.

Das Krebstelefon 0800 11 88 11

Am Krebstelefon hört Ihnen eine Fachberaterin oder ein Fachberater zu. Sie erhalten Antworten auf Ihre Fragen rund um Krebs. Die Fachberaterin informiert Sie über mögliche weitere Schritte. Sie können mit ihr über Ihre Ängste und Unsicherheiten und über Ihr persönliches Erleben sprechen. Ausserdem erhalten Sie Adressen von Spitälern und Tumorzentren in Ihrer Nähe, die auf die Behandlung Ihrer Krebserkrankung spezialisiert sind.

Anruf und Auskunft sind kostenlos. Die Fachberaterinnen sind auch per E-Mail an helpline@krebsliga.ch oder über die Skype-Adresse [krebstelefon.ch](https://www.krebstelefon.ch) erreichbar.

Canerline: der Chat zu Krebs

Kinder, Jugendliche und Erwachsene erreichen über www.krebsliga.ch/cancerline eine Beratungsperson, mit der sie chatten können (Montag bis Freitag von 10 bis 18 Uhr). Haben Sie Fragen zur Krankheit oder möchten Sie einfach jemandem mitteilen, wie es Ihnen geht? Dann chatten Sie los.

Die Rauchstopplinie 0848 000 181

Professionelle Beraterinnen geben Ihnen Auskunft und helfen Ihnen beim Rauchstopp. Auf Wunsch können Sie kostenlose Folgegespräche vereinbaren. Mehr dazu erfahren Sie auf www.rauchstopplinie.ch.

Kurse

Die Krebsligen organisieren an verschiedenen Orten in der Schweiz Kurse für krebsbetroffene Menschen und Angehörige: www.krebsliga.ch/kurse.

Andere Betroffene

Es kann Mut machen, zu erfahren, wie andere Menschen mit besonderen Situationen umgehen und welche Erfahrungen sie gemacht haben.

Sie können Ihre Anliegen in einem Forum diskutieren, beispielsweise unter www.krebsforum.ch, einem Angebot der Krebsliga.

Ihre Erfahrungen können Sie in einer Selbsthilfegruppe austauschen. Das ist oft leichter in einem Gespräch mit Menschen, die Ähnliches erleben.

Informieren Sie sich bei Ihrer kantonalen oder regionalen Krebsliga über Selbsthilfegruppen, laufende Gesprächsgruppen oder Kursangebote für Krebsbetroffene und Angehörige. Auf www.selbsthilfeschweiz.ch können Sie nach Selbsthilfegruppen in Ihrer Nähe suchen.

Spitex-Dienste für Krebsbetroffene

Bei Spitex-Diensten handelt es sich um spitalexterne Hilfe und Pflege zu Hause. In manchen Kantonen gibt es auf krebskranke Menschen spezialisierte Spitex-Dienste. Diese Dienste heissen in jedem Kanton anders (z. B. Onko-Spitex, spitalexterne Onkologiepflege SEOP, palliativer Brückendienst). Am besten

erkundigen Sie sich bei Ihrer kantonalen oder regionalen Krebsliga nach Adressen.

Ernährungsberatung

Viele Spitäler bieten eine Ernährungsberatung an. Ausserhalb von Spitälern gibt es freiberuflich tätige Ernährungsberaterinnen und Ernährungsberater. Diese arbeiten meistens mit dem Behandlungsteam zusammen und sind einem Verband angeschlossen:

Schweizerischer Verband der Ernährungsberater/innen SVDE
Altenbergstrasse 29
Postfach 686
3000 Bern 8
Tel. 031 313 88 70
service@svde-asdd.ch

Auf der Website des SVDE können Sie eine/n Ernährungsberater/in in Ihrer Nähe suchen: www.svde-asdd.ch.

Palliative Medizin, Pflege und Begleitung

Palliative Care unterstützt Betroffene, die unheilbar krank sind und deren Krebserkrankung fortschreitet. Betroffene sollen bis zuletzt eine gute Lebensqualität haben.

Die Gesellschaft für Palliative Care, Pflege und Begleitung sorgt dafür, dass

Sie schweizweit eine professionelle Palliative Care erhalten, unabhängig von Ihrer Diagnose und Ihrem Wohnort.

palliative.ch
Kochergasse 6
3011 Bern
Tel. 031 310 02 90
info@palliative.ch
www.palliative.ch

Die Karte gibt eine Übersicht über Palliative-Care-Angebote in der Schweiz, die hohe Qualitätsstandards in Palliative Care erfüllen:

www.palliativkarte.ch/karte.

Ihr Behandlungsteam

Das Behandlungsteam berät Sie, was Sie gegen krankheits- und behandlungsbedingte Beschwerden tun können. Fragen Sie auch nach Massnahmen, die Ihnen zusätzlich helfen und Ihre Genesung erleichtern. Zum Behandlungsteam gehören jene Fachpersonen, die Sie während der Krankheit begleiten, behandeln und unterstützen.

Psychoonkologie

Eine Fachperson der Psychoonkologie unterstützt Betroffene und Angehörige dabei, die Krebserkrankung besser zu bewältigen und zu verarbeiten.

Eine psychoonkologische Beratung bieten Fachleute verschiedener Fachrichtungen an (etwa Medizin, Psychologie, Pflege, Sozialarbeit, Theologie). Wichtig ist, dass die Fachperson über eine Weiterbildung in Psychoonkologie verfügt. Auf psychoonkologie.krebsliga.ch finden Sie Psychoonkologinnen und Psychoonkologen in Ihrer Nähe.

Broschüren der Krebsliga

(Auswahl)

- **Medikamente gegen Krebs**
- **Die Strahlentherapie**
Radiotherapie
- **Komplementärmedizin bei Krebs**
- **Schmerzen bei Krebs und ihre Behandlung**
- **Fatigue bei Krebs**
Rundum müde
- **Erblich bedingter Brust- und Eierstockkrebs**
- **Ernährung bei Krebs**
- **Das Lymphödem nach Krebs**
- **Ileostoma und Colostoma**
- **Urostoma**
- **Weibliche Sexualität bei Krebs**

- **Wenn auch die Seele leidet**
Krebs trifft den ganzen Menschen
- **Onkologische Rehabilitation**
- **Körperliche Aktivität bei Krebs**
Stärken Sie das Vertrauen in Ihren Körper
- **Ich begleite eine an Krebs erkrankte Person**
- **Patientenverfügung der Krebsliga**
Mein verbindlicher Wille im Hinblick auf Krankheit, Sterben und Tod
- **Die Krebstherapie hat mein Aussehen verändert**

Bei der Krebsliga finden Sie weitere Broschüren zu einzelnen Krebsarten und Therapien und zum Umgang mit Krebs. Diese Broschüren sind kostenlos und stehen auch in elektronischer Form zur Verfügung. Sie werden Ihnen von der Krebsliga Schweiz und Ihrer kantonalen oder regionalen Krebsliga offeriert. Das ist nur möglich dank grosszügigen Spenden.

Bestellmöglichkeiten

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

Ihre Meinung interessiert uns

Äussern Sie Ihre Meinung zur Broschüre mit dem Fragebogen am Ende dieser Broschüre oder online unter: www.krebsliga.ch/broschueren. Vielen Dank fürs Ausfüllen.



Alle Broschüren können Sie **online lesen und bestellen.**

Broschüren anderer Anbieter

«Veränderungen an Haut, Schleimhäuten, Haaren und Nägeln während der Tumortherapie mit Arzneimitteln», 2022, herausgegeben von Onkologiepflege Schweiz.

«Krebsbehandlung im Rahmen einer klinischen Studie», 2015, Schweizerische Arbeitsgemeinschaft für Klinische Krebsforschung SAKK, online verfügbar auf www.sakk.ch/de.

Informationen im Internet

Angebote 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 einen Livechat mit Beratung an.

www.krebsliga.ch/kurse

Kurse der Krebsliga, um krankheitsbedingte Alltagsbelastungen besser zu bewältigen.

www.krebsliga.ch/onkoreha

Übersichtskarte zu onkologischen Rehabilitationsangeboten in der Schweiz.

psychoonkologie.krebsliga.ch

Verzeichnis von Psychoonkologinnen und Psychoonkologen in Ihrer Nähe.

Andere Angebote

www.avac.ch/de

Der Verein «Lernen mit Krebs zu leben» organisiert Kurse für Betroffene und Angehörige.

www.cipa-igab.ch

Dieser Dachverband gibt den betreuenden Angehörigen in der Schweiz eine Stimme.

www.krebshilfe.de

Informationen der Deutschen Krebshilfe.

www.krebsinformationsdienst.de

Ein Angebot des Deutschen Krebsforschungszentrums Heidelberg.

www.palliative.ch

Schweizerische Gesellschaft für Palliative Medizin, Pflege und Begleitung.

www.patientenkompetenz.ch

Eine Stiftung zur Förderung der Selbstbestimmung im Krankheitsfall.

www.psychoonkologie.ch

Schweizerische Gesellschaft für Psychoonkologie.

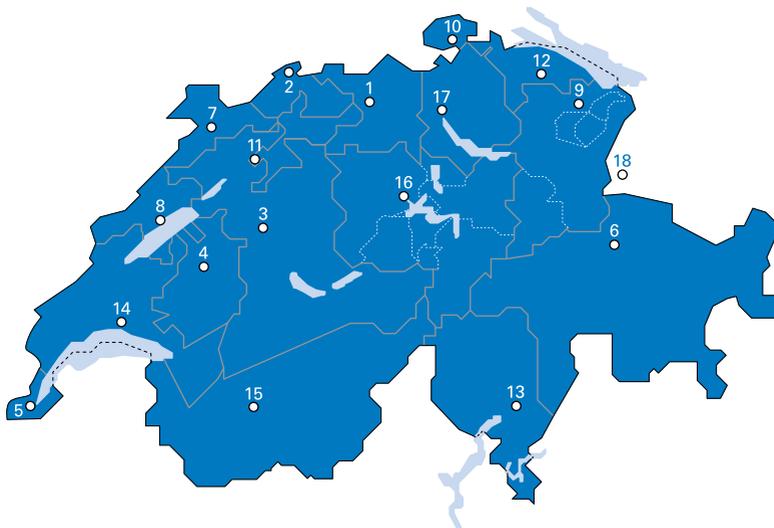
www.selbsthilfeschweiz.ch

Adressen von Selbsthilfegruppen für Betroffene und Angehörige in Ihrer Nähe.

Quellen:

Leitlinienprogramm Onkologie (Deutsche Krebsgesellschaft, Deutsche Krebshilfe, AWMF): S3-Leitlinie Diagnostik, Therapie und Nachsorge maligner Ovarialtumoren, Langversion 5.1, 2022, AWMF-Registernummer: 032/035OL, <https://www.leitlinienprogramm-onkologie.de/leitlinien/ovarialkarzinom/>, [abgerufen am: 18.01.2024]

Unterstützung und Beratung – die Krebsliga in Ihrer Region



1 Krebsliga Aargau

Kasernenstrasse 25
Postfach 3225
5001 Aarau
Tel. 062 834 75 75
admin@krebsslga-aargau.ch
www.krebsslga-aargau.ch
IBAN: CH09 0900 0000 5001 2121 7

2 Krebsliga beider Basel

Petersplatz 12
4051 Basel
Tel. 061 319 99 88
info@klbb.ch
www.klbb.ch
IBAN: CH11 0900 0000 4002 8150 6

3 Krebsliga Bern

Ligue bernoise contre le cancer

Schwanengasse 5/7
Postfach
3001 Bern
Tel. 031 313 24 24
info@krebsslgabern.ch
www.krebsslgabern.ch
IBAN: CH23 0900 0000 3002 2695 4

4 Ligue fribourgeoise contre le cancer

Krebsliga Freiburg

route St-Nicolas-de-Flüe 2
case postale
1701 Fribourg
tél. 026 426 02 90
info@liguecancer-fr.ch
www.liguecancer-fr.ch
IBAN: CH49 0900 0000 1700 6131 3

5 Ligue genevoise contre le cancer

11, rue Leschot
1205 Genève
tél. 022 322 13 33
ligue.cancer@mediane.ch
www.lgc.ch
IBAN: CH80 0900 0000 1200 0380 8

6 Krebsliga Graubünden

Ottoplatz 1
Postfach 368
7001 Chur
Tel. 081 300 50 90
info@krebsslga-gr.ch
www.krebsslga-gr.ch
IBAN: CH97 0900 0000 7000 1442 0

7 Ligue jurassienne contre le cancer

rue des Moulins 12
2800 Delémont
tél. 032 422 20 30
info@ljcc.ch
www.liguecancer-ju.ch
IBAN: CH13 0900 0000 2500 7881 3

8 Ligue neuchâteloise contre le cancer

faubourg du Lac 17
2000 Neuchâtel
tél. 032 886 85 90
LNCC@ne.ch
www.liguecancer-ne.ch
IBAN: CH23 0900 0000 2000 6717 9

9 Krebsliga Ostschweiz SG, AR, AI, GL

Flurhofstrasse 7
9000 St. Gallen
Tel. 071 242 70 00
info@krebsslga-ostschweiz.ch
www.krebsslga-ostschweiz.ch
IBAN: CH29 0900 0000 9001 5390 1

10 Krebsliga Schaffhausen

Mühlentalstrasse 84
8200 Schaffhausen
Tel. 052 741 45 45
info@krebssliga-sh.ch
www.krebssliga-sh.ch
IBAN: CH65 0900 0000 8200 3096 2

11 Krebsliga Solothurn

Wengistrasse 16
Postfach 531
4502 Solothurn
Tel. 032 628 68 10
info@krebssliga-so.ch
www.krebssliga-so.ch
IBAN: CH73 0900 0000 4500 1044 7

12 Krebsliga Thurgau

Bahnhofstrasse 5
8570 Weinfelden
Tel. 071 626 70 00
info@krebssliga-thurgau.ch
www.krebssliga-thurgau.ch
IBAN: CH58 0483 5046 8950 1100 0

13 Lega cancro Ticino

Piazza Nosetto 3
6500 Bellinzona
Tel. 091 820 64 20
info@legacancro-ti.ch
www.legacancro-ti.ch
IBAN: CH19 0900 0000 6500 0126 6

14 Ligue vaudoise contre le cancer

Avenue d'Ouchy 16
1006 Lausanne
tél. 021 623 11 11
info@lvc.ch
www.lvc.ch
IBAN: CH89 0024 3243 4832 0501 Y

15 Ligue valaisanne contre le cancer Krebsliga Wallis

Siège central:
rue de la Dixence 19
1950 Sion
tél. 027 322 99 74
info@lvcc.ch
www.lvcc.ch
Beratungsbüro:
Spitalzentrum Oberwallis
Überlandstrasse 14
3900 Brig
Tel. 027 604 35 41
Mobile 079 644 80 18
info@krebssliga-wallis.ch
www.krebssliga-wallis.ch
IBAN: CH73 0900 0000 1900 0340 2

16 Krebsliga Zentralschweiz LU, OW, NW, SZ, UR, ZG

Löwenstrasse 3
6004 Luzern
Tel. 041 210 25 50
info@krebssliga.info
www.krebssliga.info
IBAN: CH61 0900 0000 6001 3232 5

17 Krebsliga Zürich

Freiestrasse 71
8032 Zürich
Tel. 044 388 55 00
info@krebssligazuerich.ch
www.krebssligazuerich.ch
IBAN: CH77 0900 0000 8000 0868 5

18 Krebshilfe Liechtenstein

Landstrasse 40a
FL-9494 Schaan
Tel. 00423 233 18 45
admin@krebshilfe.li
www.krebshilfe.li
IBAN: LI98 0880 0000 0239 3221 1

Krebsliga Schweiz

Effingerstrasse 40
Postfach
3001 Bern
Tel. 031 389 91 00
www.krebssliga.ch
IBAN: CH95 0900 0000 3000 4843 9

Broschüren

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

Cancerline

www.krebssliga.ch/cancerline,
der Chat für Kinder,
Jugendliche und Erwachsene
zu Krebs
Mo–Fr 10–18 Uhr

Skype

krebstelefon.ch
Mo–Fr 10–18 Uhr

Rauchstopplinie

Tel. 0848 000 181
Max. 8 Rp./Min. (Festnetz)
Mo–Fr 11–19 Uhr

Ihre Spende freut uns.

Krebstelefon 0800 11 88 11

Montag bis Freitag
10–18 Uhr
Anruf kostenlos
helpline@krebssliga.ch

Gemeinsam gegen Krebs

Die Krebsliga setzt sich dafür ein, dass ...

- ... weniger Menschen an Krebs erkranken,
- ... weniger Menschen an den Folgen von Krebs leiden und sterben,
- ... mehr Menschen von Krebs geheilt werden,
- ... Betroffene und ihr Umfeld die notwendige Zuwendung und Hilfe erfahren.

Diese Broschüre wird Ihnen durch Ihre Krebsliga überreicht, die Ihnen mit Beratung, Begleitung und verschiedenen Unterstützungsangeboten zur Verfügung steht. Die Adresse der für Ihren Kanton oder Ihre Region zuständigen Krebsliga finden Sie auf der Innenseite.

Nur dank
Spenden sind unsere
Broschüren
kostenlos erhältlich.

**Jetzt mit TWINT
spenden:**



QR-Code mit der
TWINT-App scannen.



Betrag eingeben
und Spende bestätigen.



Oder online unter www.krebsliga.ch/spenden.