



## **Medienmitteilung zum Brustkrebsmonat Oktober 2021**

Veröffentlichung am 05.10.2021

### **«Den Knoten in der Brust habe ich beim Duschen bemerkt»**

**Janja Pangri aus Pfäffikon SZ erkrankte im Sommer 2020 an Brustkrebs. Die gehörlose Mutter von zwei Kindern erhielt Unterstützung von der Krebsliga Zentralschweiz, die ihr beratend und finanziell zur Seite stand.**

Es war für Janja Pangri ein Schock: Von Geburt an gehörlos, erhält sie als 41-jährige, zweifache Mutter die schreckliche Mitteilung. «Ich war kerngesund, hatte noch nie eine Operation – und dann erhielt ich wie aus dem Nichts die Diagnose Brustkrebs», erzählt sie. Ein klärendes Gespräch mit ihrer Mutter liess sie die Krankheit akzeptieren und gab ihr die Kraft, ihren Kindern vom bösartigen Krebs zu erzählen.

### **Etwas Komisches in der Brust**

«Den Knoten in der Brust habe ich beim Duschen bemerkt», erzählte Janja Pangri. Sie habe plötzlich realisiert, dass ihre beiden Brüste unterschiedlich waren. Obwohl sie vorher noch nie mit dem Thema Brustkrebs konfrontiert war, merkte sie gleich, dass etwas nicht gut ist und rief ihren Frauenarzt an. Es folgten Mammografie, Ultraschall, Biopsie und ein MRI, bis ihr die definitive Diagnose Brustkrebs eröffnet wurde. Der Knoten wurde entfernt, es folgten 16 Mal Chemotherapie, danach fünf Wochen Bestrahlung. «Manchmal hatte ich Angst, dann habe ich mir gesagt: Positiv bleiben! Ich will leben!»

### **Unterstützung von der Krebsliga Zentralschweiz**

Janja Pangri hat sich mit ihrem Schicksal an die Krebsliga Zentralschweiz gewandt, deren Beraterinnen und Berater Krebsbetroffene und ihre Nahestehenden in der Region berät. Die Kommunikation verlief aufgrund ihrer Gehörlosigkeit mit einer Gebärdensprachedolmetscherin und schriftlich per Mail. Neben der Beratung unterstützte die Krebsliga Zentralschweiz Janja Pangri auch finanziell, damit sie die krankheitsbedingten Kosten überbrücken konnte.

### **Umfassendes Angebot bringt Erleichterung für verschiedene Fragestellungen im Alltag**

Im Jahr 2020 waren 43 Prozent aller Ratsuchenden auf den fünf Zentralschweizer Beratungsstellen brustkrebsbetroffene Frauen. Die Krebsliga Zentralschweiz leistet persönliche Beratung und Unterstützung bei allen Fragen rund um Krebs, zu Alltags- und Beziehungssituationen sowie Hilfestellungen in Rechts-, Finanz- und Sozialversicherungsfragen. Um Ratsuchende weiter zu unterstützen bietet die Krebsliga Zentralschweiz verschiedene Angebote an: Kurse und Seminare wie z. B. «Tuch und Hut machen Mut» für Frauen mit Haarverlust während einer Chemo- oder Strahlentherapie. Zudem finden regelmässig Austauschtreffen wie Jung und Brustkrebs für Frauen bis 49 Jahre und regionale Gesprächsgruppen für Frauen ab 50 Jahren statt.

### **Angebote für Kinder krebskranker Eltern**

Familien mit einem erkrankten Elternteil, deren Kinder und Jugendliche oft still und unbemerkt leiden, unterstützt die Krebsliga Zentralschweiz mit zusätzlichen Angeboten: Mit einer professionellen sozialpädagogischen Familienberatung, einem Kita-Notfallplatz, damit Eltern Raum und Zeit für Behandlungs- und Arzttermine bekommen, einer Papier-Anziehpuppe, um den Kindern den gesamten Behandlungsweg kindgerecht und spielerisch zu erklären, bis hin zur Familientrauerbegleitung.



**Weitere Informationen, Gesprächsgruppen und Veranstaltungen:**

- Beratung und Unterstützung der Krebsliga Zentralschweiz ([Link](#))
- Angebote für Kinder krebskranker Eltern ([Link](#))
- 19. Oktober / 30. November: Kurs «Tuch und Hut machen Mut» (Kostenlose Beratung für Frauen mit Haarverlust) ([Link](#))
- 10. November: Austauschplattform «Jung und Brustkrebs» für Frauen bis 49 Jahre ([Link](#))
- Selbsthilfe- und Austauschgruppen Frauen mit Brustkrebs LU, NW/OW/UR, ZG ([Link](#))
- 20. Oktober: Leben mit Brustkrebs, Einladung zur offenen Gesprächsrunde, organisiert vom Luzerner Kantonsspital, Standort Wolhusen ([Link](#))
- 21. Oktober: Brustkrebs: Leben mit und nach der Erkrankung, organisiert vom Luzerner Kantonsspital Luzern ([Link](#))
- 3. November: Online-Event: Mit Bewegung Energie tanken bei Brustkrebs, organisiert von der Hirslanden Klinik St. Anna, Luzern ([Link](#))

**InfoMonat Brustkrebs**

Der Brustkrebsmonat Oktober rückt international die Vorbeugung, Erforschung und Behandlung von Brustkrebs ins öffentliche Bewusstsein. Das Thema ist von grosser Relevanz: Jedes Jahr gibt es in der Schweiz 6200 neue Fälle von Brustkrebs bei Frauen und etwa 50 bei Männern. Brustkrebs ist bei Frauen die häufigste Form von Krebs. Das Risiko, an Brustkrebs zu erkranken, steigt ab einem Alter von 50 Jahren deutlich an. Ein Fünftel der Betroffenen ist zum Zeitpunkt der Diagnose allerdings jünger als 50 Jahre.

**Was können Frauen selber tun?**

Manche Risikofaktoren für Brustkrebs sind eng mit dem persönlichen Lebensstil verbunden. Das können Sie tun: Sorgen Sie für viel Bewegung, achten Sie auf eine ausgewogene Ernährung mit viel Gemüse und Früchten, konsumieren Sie Alkohol nur in kleinen Mengen und nicht täglich und verzichten Sie auf das Rauchen.

Da dem Brustkrebs nicht vorgebeugt werden kann, ist die Früherkennung sehr wichtig. Wird der Brustkrebs früh entdeckt und behandelt, ist die Überlebenschance besser. Die Krebsliga empfiehlt die Früherkennung von Brustkrebs durch Mammografien bei gesunden Frauen zwischen 50 und 70 Jahren. Denn die Selbstuntersuchung der Brust ist zwar eine einfache und wichtige Methode, um Veränderungen der Brust wahrzunehmen. Aber: Sie ist kein Ersatz für eine ärztliche Untersuchung oder Mammografie.

[Weitere Informationen.](#)

**Kontakt:**

Krebsliga Zentralschweiz

Tina Weilenmann, Fachverantwortliche Kommunikation, Fundraising & Projekte

[tina.weilenmann@krebssliga.info](mailto:tina.weilenmann@krebssliga.info) | 041 210 26 50 | Erreichbar Dienstag bis Freitag

*Die Krebsliga Zentralschweiz engagiert sich seit 65 Jahren als gemeinnütziger Verein. Als Anlaufstelle für alle Themen rund um Krebs ist sie in der Region für Menschen mit und nach Krebs und deren Umfeld da. Die individuelle Beratung und Unterstützung steht dabei im Mittelpunkt. Der Verein setzt sich zudem für die Krebsprävention und Früherkennung, die Wissensvermittlung sowie die Forschungsförderung ein. Die Krebsliga Zentralschweiz bietet ihre Dienste mit Beratungsstellen in Luzern, Stans (Nid-/Obwalden), Schwyz (Innerschwyz/Uri), Lachen (Ausserschwyz) und Zug an. Sie wird vorwiegend durch Spenden finanziert und ist ZEWO-zertifiziert. Weitere Informationen: [www.krebssliga.info](http://www.krebssliga.info)*



Bilder:



Legende (links): Janja Pangri mit ihren Kindern in Pfäffikon SZ (Foto: Micha Eicher).  
Legende (rechts): Janja Pangri an ihrem Kraftort dem Wald (Foto: Micha Eicher).