



krebsliga zentralschweiz

**«Diese Zeit hat uns noch
näher gebracht. Wir sind
dankbar füreinander.»**

Regina Brunner, Luzern

Topfit und trotzdem krank: Die Diagnose Brustkrebs traf Regina Brunner hart. Seither schaut sie nur noch nach vorn.

Regina Brunner hatte schon viele Schicksalsschläge erlebt. Als sie 16 war, starb ihr Bruder bei einem Motorradunfall, mit 34 verlor sie einen weiteren Bruder sowie ihren Vater, kurz darauf die Mutter. Sie hatte sich dadurch bereits viel Widerstandskraft angeeignet, als ein weiterer Unfall und die Diagnose Brustkrebs sie tief trafen. Ihre Geschichte erzählt davon, wie fragil das Leben ist. Und doch ist es in erster Linie eine Geschichte der Stärke – und der Liebe.

«Sterbe ich jetzt? Wie sage ich es meinen Töchtern? Werde ich sie heiraten sehen und ihre Kinder kennenlernen?» Solche Fragen lasteten schwer auf Regina Brunner, als sie den Anruf ihres Arztes erhielt. Er teilte ihr mit, dass sie invasiven Brustkrebs habe. «Können Sie das bitte wiederholen?», fragte Regina. Das Gespräch dauerte drei Minuten. Sie solle demnächst zum MRI kommen.

Genetisch vorbelastet

Regina wusste, dass sie genetisch vorbelastet war. Nicht nur ihre Mutter, auch eine Tante und zwei Cousinen väterlicherseits waren an Brustkrebs gestorben. Ab 35 Jahren wurde deshalb jährlich eine Mammografie durchgeführt. Bei der vierzehnten Mammografie entdeckte der Arzt etwas, ging aber von nichts Ernsthaftem aus. Doch schon drei Monate später spürte Regina einen Knoten in der linken Brust. «Trotz Vorbelastung war ich nicht auf die Diagnose vorbereitet. Ich lebte sehr gesund und war topfit. Warum also gerade ich?» Diese Frage liess sie jedoch rasch wieder fallen: «Warum *nicht* ich ...»

Eine schwere Entscheidung

Kurz darauf folgte die Mastektomie der linken Brust, sieben Monate später die Entfernung der rechten Brust und der Eierstöcke. «Das war aufgrund der Vorbelastung der sicherste Weg», erzählt Regina. Sie musste während fünf Jahren ein Antiöstrogen nehmen, um einem Rückfall vorzubeugen, benötigte wegen der frühen Erkennung aber weder Chemotherapie noch Bestrahlung. Es war schlimm genug, die Brüste zu verlieren. Sie konnte den Wiederaufbau kaum erwarten, wobei die vorbereitende Expansion der Haut ein langer und schmerzhafter Prozess war. «Dank der Implantate konnte ich mich wieder ganz als Frau fühlen. Am Anfang waren sie zwar ein Fremdkörper, aber dann hat sich mein Körper gut daran gewöhnt.» Sie lacht: «Ausserdem habe ich einen Busen wie in den jungen Jahren und muss keinen BH mehr tragen!»

Das Glas ist halb voll

Regina war schon immer ein positiv eingestellter Mensch: «Das Glas ist für mich halb voll, nie halb leer.» Die vielen Tragödien in ihrem Leben machten sie stark. Wobei ein Autounfall ihrer Tochter, bei dem deren Partner starb, ein besonders einschneidendes Erlebnis war. «Das war zwei Jahre vor der Diagnose und veränderte alles. Ich machte mir

«Ich freue mich über jedes Jahr, das ich gesund älter werden darf.»

ständig Sorgen um sie. Der Brustkrebs rüttelte mich wieder wach.» Regina begann achtsamer zu sein, den Moment zu geniessen, das Leben zu nehmen, wie es kommt. Auch ihrem Körper gegenüber lernte sie eine neue Form von Respekt.

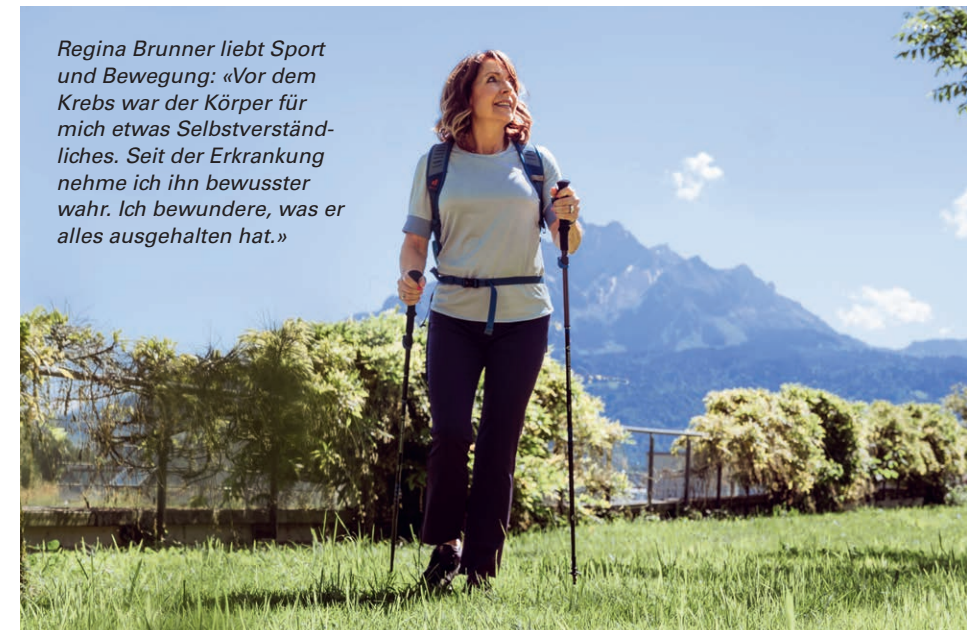
Eine Liebe, die alles trägt

Inzwischen sind siebzehn Jahre vergangen. Regina ist mit 66 Jahren so gesund und aktiv wie zuvor, verbringt auch viel Zeit mit ihren Grosskindern. Und sie hat keine Angst vor dem Altern: «Ich denke nicht: Jetzt bin ich schon wieder ein Jahr älter und habe noch mehr Falten. Ich denke: So schön, dass ich gesund geblieben bin!» Mit ihrem Mann Raphael hat

Regina einen Gleichgesinnten an ihrer Seite, und das seit 47 Jahren: «Er – wie auch meine beiden Töchter – haben mich stets riesig unterstützt.» Während sie Raphaels grosse Heldin ist: «Ich bewundere meine Frau sehr. Sie hat das alles mit einer unglaublichen Kraft bewältigt, nie aufgegeben. Und: Sie ist immer noch schöner geworden!»



Informieren Sie sich auf unserer Website über unsere Unterstützungsangebote für Betroffene.



Regina Brunner liebt Sport und Bewegung: «Vor dem Krebs war der Körper für mich etwas Selbstverständliches. Seit der Erkrankung nehme ich ihn bewusster wahr. Ich bewundere, was er alles ausgehalten hat.»

Schutz vor Brustkrebs: Das kann ich selbst tun



Diese vier Tipps kann ich im Alltag umsetzen und damit das Brustkrebs-Risiko senken:

1. Ich bewege mich regelmässig: spazieren, schwimmen, joggen, Velo fahren, Fitness, was auch immer – jede Bewegung hilft, das Risiko zu senken.
2. Ich esse gesund, indem ich Lebensmittel wie Gemüse, Früchte, Fisch, Vollkornprodukte bevorzuge. Auf rotes und vor allem auf verarbeitetes Fleisch verzichte ich weitgehend.
3. Ich rauche nicht, zum Wohl meiner Gesundheit.
4. Ich verzichte auf Alkohol oder reduziere den Konsum mit einer bewussten Planung.

Ab dem 50. Altersjahr ist die Früherkennung durch Mammografie empfohlen:

Brustkrebs ist die häufigste Krebsart bei Frauen. Das Risiko steigt mit zunehmendem Alter. Deshalb lasse ich ab meinem 50. Geburtstag alle zwei Jahre eine Mammografie machen. Sie ist die wichtigste Massnahme zur Früherkennung. Tritt Brustkrebs in meiner Familie gehäuft auf, bespreche ich mit meinem Arzt oder meiner Ärztin, ab welchem Zeitpunkt und wie oft eine Untersuchung erfolgen soll.

Im Kanton Luzern ist die Einführung eines Screening-Programms, das von der Grundversicherung übernommen wird, geplant. In den Kantonen Nidwalden, Obwalden, Schwyz, Uri und Zug tragen die Versicherten die Kosten selbst.

Jährlich erkranken rund 6600 Frauen und 60 Männer an Brustkrebs. Dank Prävention, Früherkennung und medizinischem Fortschritt nimmt die Sterberate stetig ab.

PINK CUBE – Test Your Breast: 2025 auch in Ihrem Kanton

Weil Früherkennung Leben retten kann, wurde die Initiative PINK CUBE ins Leben gerufen. Sie bringt die Brustkrebsaufklärung direkt zu den Menschen. Rechts sehen Sie, wann die Roadshow bei Ihnen vorbeikommt. Auch die Krebsliga Zentralschweiz wird vor Ort sein. Mehr Informationen: www.krebsliga.info



12.09.2025
Stans,
Dorfplatz



20.09.2025
Schwyz
Mythen Center



13.09.2025
Luzern
Mühlenplatz



27.09.2025
Zug
Bundesplatz



18.09.2025
Sarnen
Dorfplatz



02.10.2025
Altdorf
Lehnplatz

Frauen in Kantonen mit organisiertem Brustkrebs-Screening profitieren

Die frühzeitige Erkennung von Brustkrebs durch eine Mammografie kann entscheidend für die Prognose und die Behandlungsergebnisse sein. Eine von der Krebsliga Zentralschweiz unterstützte Studie hat deshalb die Auswirkungen unterschiedlicher Screening-Strategien verglichen.

Andreas Gutzeit, Sie haben herausgefunden, dass es bei organisierten Screenings öfters zu Diagnosen kommt. Was heisst das konkret?

Organisierte Screenings ermöglichen Frauen zwischen 50 und 69 Jahren regelmässige Mammografien. In der Schweiz wird das föderalistisch gehandhabt, aktuell kennen 15 Kantone ein solches Screening-Programm. In 11 Kantonen – 5 davon planen derzeit ein Programm – erfolgen Mammografien bislang nur durch ärztliche Überweisung, weshalb es zu deutlich weniger Diagnosen kommt. In diesem Fall sind mehr Diagnosen positiv zu verstehen, denn es bedeutet vor allem eins: Die Tumore werden früher erkannt. In Kanto-

nen ohne organisiertes Screening sind die Tumore zum Zeitpunkt der Erstdiagnose signifikant grösser und werden meist erst aufgrund von Symptomen entdeckt.

Wieso ist es gefährlich, wenn der Tumor zu spät entdeckt wird?

Je später ein Tumor erkannt wird, desto schlechter sind die Prognosen und die Behandlungsmöglichkeiten. Unsere Studie zeigt denn auch, dass in Kantonen ohne Screening-Programm die Wahrscheinlichkeit grösser ist, dass der diagnostizierte Tumor bereits in die Lymphknoten metastasiert hat. Bei einer Früherkennung im ersten Stadium hingegen ist die Chance auf eine dauerhafte Heilung hoch.

Was ist somit der Vorteil eines organisierten Screenings?

Es ermöglicht die Erkennung von kleinen, noch asymptomatischen Tumoren und rettet damit Leben. Wir plädieren dabei für ein national einheitliches Programm, um auch die Ungleichheiten zwischen den Kantonen zu reduzieren.



Prof. Dr. med. Andreas Gutzeit, Leiter der Studie «Analyse der Tumorstadien bei Brustkrebs in der Zentralschweiz. Gibt es Unterschiede gegenüber den Schweizer Kantonen, welche ein organisiertes Brustkrebs-Screening anbieten?»

«Regelmässige Mammografien ermöglichen die Früherkennung und damit deutlich bessere Heilungschancen.»

Weitere Informationen zu dieser Studie und zur Forschungsförderung:



So sind wir für Sie und Ihre Angehörigen da

Melden Sie sich bei uns, wenn Sie Fragen rund um Krebs haben. Ob einmaliges Beratungsgespräch oder Langzeitbegleitung – wir wissen um die Belastungen bei Krebserkrankungen und lassen Sie damit nicht alleine. Zudem setzen wir uns für die Krebsprävention und Früherkennung, die Wissensvermittlung sowie die Forschungsförderung ein.

Alltagsbewältigung

Wir beraten Sie in Alltagsfragen, im Umgang mit Krebs in der Familie und am Arbeitsplatz sowie in Bezug auf Unterstützungsangebote, die Sie in Ihrem Alltag entlasten können.

Psychische Belastung

Die Diagnose Krebs kann im Leben der betroffenen Menschen und des sozialen Umfelds einschneidend sein. Gefühle wie Angst, Trauer und Unsicherheit als auch Fragen oder Zweifel gehören dazu. Wir helfen Ihnen, damit umzugehen.

Finanzielle Fragen

Die Krebsliga Zentralschweiz unterstützt Sie bei finanziellen Engpässen unter bestimmten Voraussetzungen subsidiär. Das heisst dann, wenn andere Hilfsquellen ausgeschöpft sind.

Wir behandeln Ihre Daten vertraulich. Erfahren Sie mehr in unserer Datenschutzerklärung: www.krebsliga.ch/datenschutz.

Rechtliche Fragen

Lassen Sie sich bei allgemeinen Rechts- und Sozialversicherungsfragen sowie beim Ausfüllen von Anmelde- und Antragsformularen von uns unterstützen.

Persönliche Vorsorge

Unsere Beraterinnen helfen Ihnen bei der Auseinandersetzung mit den Themen Leben, Sterben und Trauer und informieren Sie über Vorsorgeinstrumente wie den Vorsorgeauftrag oder die Patientenverfügung.

Unsere Beratungsstellen

Wir sind für Sie da in Luzern (Stadt und Land), in Lachen (Ausserschwyz), in Schwyz (Innerschwyz), in Stans (Nidwalden/Obwalden/Uri) und in Zug (Stadt und Land).



Mit Ihrer Hilfe schenken Sie wertvolle Zeit



Mitgliedschaft

Mitglieder bilden das Fundament eines Vereins. Rund 2700 Menschen sind Mitglied der Krebsliga Zentralschweiz und zeigen so ihre Solidarität. Mit jährlich 40 Franken als Einzelperson oder 60 Franken als Kollektivmitglied (Familien, Paare) sind Sie dabei.

Nebst Mitgestaltung durch Stimmrecht, regelmässigen Informationen sowie Einladungen zu Veranstaltungen profitieren Sie von folgenden Vorteilen:

- 20 Prozent Rabatt auf Kurse/Seminare
- Sonnenkappen mit oder ohne Nackenschutz (solange Vorrat)



Gönnerschaft

Neu können uns juristische Personen als Gönner:innen mit einer jährlichen Spende ab 100 Franken unterstützen. Ab 1000 Franken verdanken wir Sie namentlich.

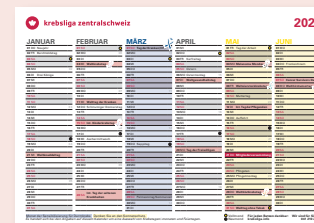
Ihre Vorteile:

- Unterstützung, wenn Mitarbeitende an Krebs erkranken
- Rabatte auf Kurse/Seminare für krebsbetroffene Mitarbeitende
- Zeigen von sozialem Engagement und Verantwortung



Spende, Spendenaktion, Erbschaft, Legat

Es gibt viele gute Gründe für Spenden, Spendenaktionen (Verzicht auf Weihnachtsgeschenke, Sportanlass, Benefizkonzert und weitere), Legate oder eine Erbeinsetzung – zum Beispiel aus Solidarität oder Betroffenheit oder schlicht um Gutes zu bewirken.



Planen Sie Ihre Zeit bewusst

Der beiliegende Kalender dient als Planungshilfe und zeigt die Agenda rund um Krebsthemen.

Bei Fragen oder wenn Sie an weiteren Kalendern interessiert sind:

Tel. 041 210 25 50, info@krebsliga.info





«Die Krebsliga Zentralschweiz leistet enorm wertvolle Arbeit für Krebsbetroffene und ihre Angehörigen. Deshalb unterstütze ich ihre Arbeit als Peer und als Mitglied. Ich freue mich, wenn auch Sie mithelfen, die Sorgen und Nöte der Betroffenen zu lindern.»

Regina Brunner, 66 Jahre

Krebsliga Zentralschweiz

Geschäftsstelle
Löwenstrasse 3
6004 Luzern
Tel. 041 210 25 50
info@krebsliga.info
www.krebsliga.info

Spendenkonto

IBAN CH61 0900 0000 6001 3232 5

Die Krebsliga Zentralschweiz
trägt das Zewo-Gütesiegel.

Es bescheinigt, dass Ihre Spende
am richtigen Ort ankommt und
effizient Gutes bewirkt.

**Ihre Spende
in guten Händen.**



Jetzt online spenden:

