

WAS IST MIT MAMA LOS?



Ich habe Kinder und **Brustkrebs**
– was nun

susan g.
komen 
DEUTSCHLAND e.V.TM
VEREIN FÜR DIE HEILUNG VON BRUSTKREBS

Hoffmanns Höfe
Heinrich-Hoffmann-Straße 3
60528 Frankfurt am Main

Fon +49 (0) 69.678 65 38-0
Fax +49 (0) 69.678 65 38-19
www.komen.de

Bankverbindung:
Commerzbank AG
BLZ 500 400 00
Kto. 375 045 200

VR 14246 Frankfurt am Main
© Susan G. KOMEN Deutschland e.V.
10/2009

susan g.
komen 
DEUTSCHLAND e.V.TM
VEREIN FÜR DIE HEILUNG VON BRUSTKREBS



Wenn Sie Brustkrebs haben, so berührt dies Ihre ganze Familie. Vielleicht fragen Sie sich, in welcher Weise es Ihre Kinder berührt. Als Mutter wollen sie Ihre Kinder natürlich beschützen. Daher ist Ihr erster Impuls vielleicht, sie nicht mit Ihrer Krankheit zu belasten. Doch die meisten Kinder spüren, wenn etwas nicht stimmt. Sie können ihnen helfen, indem Sie ihnen offen sagen, was im Moment und in der Zukunft passiert.

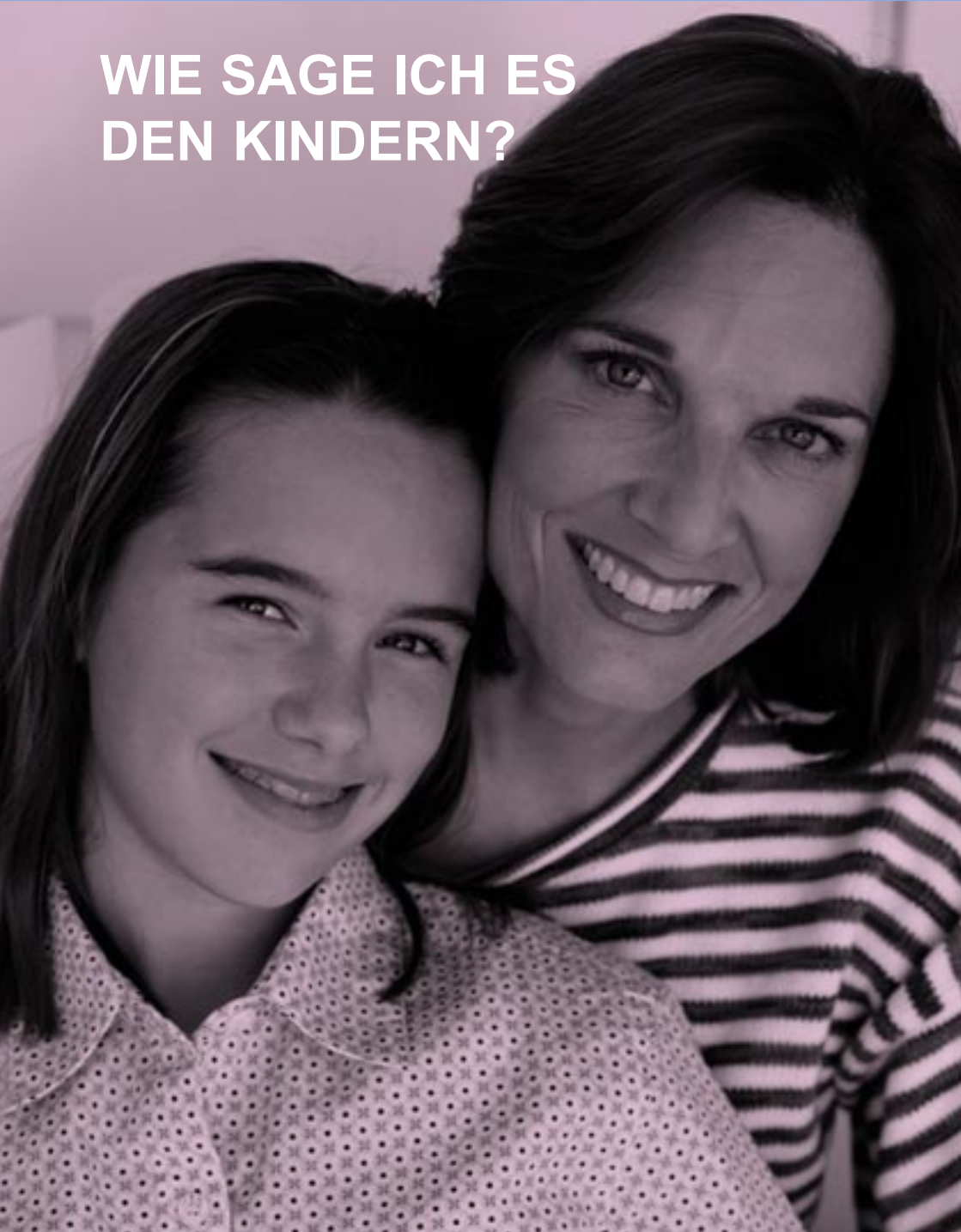
Diese Broschüre legt dar, wie wichtig es ist, dass Sie mit Ihren Kindern ehrlich über Ihre Krankheit und Ihre Therapie reden. Der Text gibt auch Anregungen, wie Sie Ihren Kindern von Ihrer Krankheit erzählen und Ihnen helfen können, damit umzugehen.

Der erste Teil dieser Broschüre enthält praktische Informationen für Eltern, unabhängig vom Alter des Kindes. Im zweiten Teil werden altersbezogene Anregungen gegeben, wie Sie mit Ihrem Kind sprechen und ihm helfen können.

INHALTSVERZEICHNIS

	Seite
Für alle Kinder	
Wie sage ich es den Kindern?	4
Wie Sie sich vorbereiten können	6
Die Sorgen der Kinder	7
Ehrlichkeit & Sicherheit	8
Die Kinder helfen lassen	9
Reaktionen der Kinder	10
Für einzelne Altersgruppen	
Kleinkinder (2-5 Jahre)	11
Grundschulkind (6-9 Jahre)	12
Ältere Schulkinder (10-12 Jahre)	13
Teenager (13-18 Jahre)	14
Sonstige nützliche Tipps	
Publikationen, Adressen, Websites	16

WIE SAGE ICH ES DEN KINDERN?



Als Mutter fällt es Ihnen sicher ungeheuer schwer, Ihren Kindern von Ihrer Krankheit zu erzählen. Es gibt keine Patentlösung, wie Sie Ihrem Sohn oder Ihrer Tochter sagen können, dass Sie Brustkrebs haben. Aber die Antworten auf folgende häufig gestellte Fragen können Ihnen dabei helfen:

Soll ich es meinen Kindern sagen?

Ja, Offenheit und Ehrlichkeit sind ein Geschenk, das Sie Ihren Kindern machen können. Als Mutter möchten Sie Ihre Kinder am liebsten vor allem schützen, was ihnen Angst oder Kummer bereitet. Aber Kinder sind sehr feinfühlig und spüren, wenn etwas nicht stimmt. Wenn man ihnen nicht sagt, was es ist, malen sie sich eventuell noch viel Schlimmeres aus.

Können meine Kinder schon verstehen, worum es geht?

Ja, schon ganz kleine Kinder können verstehen, was Brustkrebs ist, wenn man es Ihnen einfach genug darlegt. Je älter das Kind ist, desto mehr können Sie ins Detail gehen. Achten Sie darauf, wie Ihr Kind reagiert. Lassen Sie die Kinder vorgeben, wie viel Sie sagen und wann.

Und wenn ich nicht auf alles eine Antwort weiß?

Dann können Sie ruhig sagen: „Das kann ich dir im Moment nicht beantworten, aber ich werde es herausfinden.“ Dies gibt Ihnen Zeit, sich weiter über Ihre Krankheit zu informieren, und lässt die Tür für künftige Gespräche mit Ihrem Kind offen. Manche Fragen lassen sich nicht beantworten und manche Antworten finden sich mit der Zeit von selbst. Für Ihre Kinder ist es wichtig zu sehen, dass Sie sich dem Thema Brustkrebs alle gemeinsam nähern.

WIE SIE SICH VORBEREITEN KÖNNEN

Sie können manche Ängste vor dem Gespräch mit den Kindern abbauen, wenn Sie sich darauf vorbereiten. Hier sind einige Anregungen:

Setzen Sie sich mit Ihren eigenen Gefühlen zu Ihrer Krankheit auseinander.

Die Diagnose Brustkrebs ist ein Schock für jede Frau. Geben Sie sich Zeit, sich an diese Diagnose zu gewöhnen. Wenn Sie Ihre Gefühle anerkennen und bewusst wahrnehmen, wird es Ihnen leichter fallen, mit Ihren Kindern zu sprechen. Wenn Sie fürchten, es ihnen alleine nicht sagen zu können, bitten Sie ein anderes Familienmitglied, Ihnen dabei zu helfen.

Halten Sie möglichst schon einen Aktionsplan bereit.

Es hilft, wenn Sie die nächsten Schritte Ihres Behandlungsplans kennen, bevor Sie mit den Kindern sprechen. So können Sie ihnen genau sagen, wie Sie gegen den Krebs ankämpfen werden. Es ist für Sie und die Kinder gleichermaßen beruhigend zu wissen, dass Sie einen Plan haben.

Wenn nötig, suchen Sie weitere Unterstützung für das Gespräch mit Ihren Kindern.

Mögliche Hilfs- und Informationsquellen sind:

- Ärzte, Pflegekräfte, Sozialarbeiter/innen und Psychoonkologen
- Geistliche
- Krebsinformationszentren in Krankenhäusern
- Eine vertraute Bezugsperson Ihres Kindes aus Kindergarten/Schule
- Eine Buchhandlung, eine Bibliothek, das Internet
- Örtliche Selbsthilfegruppen für Angehörige von Krebskranken
- Die am Ende genannten Quellen und Anlaufstellen.

DIE SORGEN DER KINDER

Sie selbst wissen am allerbesten, wie Sie mit Ihren Kindern reden können. Doch wenn Sie überlegen, wie Sie ihnen von Ihrem Brustkrebs erzählen können, sollten Sie den Reifegrad und die Persönlichkeit des einzelnen Kindes berücksichtigen. Wie viel und was Sie Ihrem Teenager sagen, wird sicher nicht dasselbe sein wie bei Ihrer Siebenjährigen. Bei aller Verschiedenheit der Kinder werden die meisten zwei konkrete Sorgen haben:

Wer wird sich um mich kümmern?

Kinder jeden Alters brauchen das Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit. Sie wollen wissen, wer sich um sie kümmern wird, während Sie im Krankenhaus oder in der Genesungsphase sind. Versichern Sie Ihren Kindern, dass Sie Ihr Bestes tun werden, um für sie da zu sein. Für die Zeit Ihrer Abwesenheit sollten die Kinder wissen, dass ein anderer Elternteil, die Großeltern oder sonst ein vertrauter Erwachsener da sein wird. Versuchen Sie, die Zahl der Betreuungspersonen zu begrenzen und den gewohnten Tagesablauf beizubehalten.

Wird Mama sterben?

Diese Frage stellen Kinder häufig. Auch hier ist es wichtig, offen und ehrlich zu ihnen zu sein. Vermeiden Sie es, Versprechen zu geben, wenn Sie nicht sicher sind, ob Sie diese halten können. Ihre Antwort sollte realistisch aber dennoch hoffnungsvoll sein. Zum Beispiel könnten Sie sagen: „Ich weiß es nicht genau. Aber ich werde mit meinen Ärzten zusammen alles tun, um dagegen zu kämpfen.“

EHRlichkeit & SICHERHEIT

Ehrlich sein und ein Gefühl der Sicherheit geben – so können Sie Ihren Kindern helfen, über diese Krisenzeit hinwegzukommen. Wenn Ihre Kinder merken, dass Sie offen zu ihnen sind, werden sie sich vielleicht ebenso verhalten.

Ehrlich sein

- Fragen Sie Ihre Kinder zunächst, was sie schon über Brustkrebs wissen. Stellen Sie eventuelle Fehlinformationen richtig.
- Machen Sie Ihren Kindern klar, dass sie nichts zum Entstehen dieser Krankheit beigetragen haben.
- Ermutigen Sie sie, zu fragen. Gehen Sie im Gespräch auf die Kinder ein.
- Bitten Sie Ihre Kinder zu wiederholen, was Sie ihnen über Ihre Krankheit erzählt haben. So können Sie besser einschätzen, was sie verstanden haben.
- Achten Sie darauf, ob das Gespräch ihnen Unbehagen bereitet. Fragen Sie sie, ob Sie lieber ein andermal weiterreden möchten.
- Ermutigen Sie die Kinder, ihre Gefühle zum Ausdruck zu bringen. Dies können Sie unter anderem dadurch erreichen, dass Sie Ihre eigenen Gefühle zeigen.

Sicherheit geben

- Verbringen Sie Zeit allein mit dem einzelnen Kind.
- Informieren Sie die Kinder über Ihren Behandlungsplan und bereiten Sie sie auf mögliche Nebenwirkungen vor, zum Beispiel den Verlust einer Brust, Gewichtsveränderungen, Erschöpfung oder Haarausfall.
- Versuchen Sie, Routineabläufe und Rituale innerhalb der Familie beizubehalten, zum Beispiel das gemeinsame Abendessen oder Familienkonferenzen.

DIE KINDER HELFEN LASSEN

Die meisten Kinder werden in dieser schweren Zeit etwas helfen wollen. Wenn Sie sie im Haushalt helfen lassen, so geben Sie ihnen damit eine Möglichkeit, ihre Zuneigung auszudrücken. Außerdem fühlen sie sich dadurch nicht untätig und weniger hilflos. Denken Sie daran, dass Ihre Kinder selbst bestimmen möchten, was sie helfen wollen, und dass ihre Begeisterung schnell verfliegen sein kann. Wie viel das einzelne Kind helfen kann, hängt ganz von seiner Reife und Persönlichkeit ab.

Gehen Sie nicht davon aus, dass Ihre Kinder wissen, was jetzt von ihnen erwartet wird. Besprechen Sie, was im Haus zu tun ist und wo Sie Hilfe brauchen. Machen Sie eine Aufgabenliste und suchen Sie Freiwillige.

Achten Sie unbedingt darauf, ob Ihre Kinder von sich aus zu viel Verantwortung auf sich laden. Ein Kind kann denken, es müsse die jüngeren Geschwister im Zaum halten, sich übertrieben um Ihren Partner kümmern oder den Haushalt führen. Durch altersgerechte Aufgaben kann man versuchen, zu verhindern, dass Kinder zu schnell erwachsen werden. Wenn Sie und Ihre Familie alleine nicht zurechtkommen, bitten Sie Verwandte oder Freunde um Hilfe.



SIE SOLLTEN WEITERHIN LACHEN UND MITEINANDER SPASS HABEN – DAS IST FÜR ALLE EIN POSITIVES ERLEBNIS.



REAKTIONEN DER KINDER

Stellen Sie sich darauf ein, dass Ihre Kinder viele verschiedene Gefühle entwickeln werden, zum Beispiel Wut, Angst oder Traurigkeit. Versuchen Sie unbedingt, ihre Reaktionen zu verstehen. Oftmals zeigt uns ihr Verhalten, was sie empfinden. Dies gilt vor allem für kleine Kinder. Viele Eltern haben aber den Eindruck, die Kinder blieben unberührt von der Krankheit ihrer Mutter. Doch Kinder verbergen ihre Gefühle häufig, um ihre Eltern vor weiterem Kummer zu bewahren. Auch erkennen Eltern nicht immer den Zusammenhang zwischen ungewöhnlichen Verhaltensweisen ihres Kindes und den wahren Gefühlen dahinter. Achten Sie daher sehr genau darauf, was Ihre Kinder sagen und tun.

Vielleicht bemerken Sie eine Persönlichkeits- oder Verhaltensänderung, die länger anhält. In diesem Fall sollten Sie mit Ihrem Kind ganz neutral darüber sprechen, ohne es zu tadeln. Zum Beispiel könnten Sie fragen: „Machst du deine Hausaufgaben nicht, weil du wütend bist oder Angst hast? Du darfst ruhig Angst haben, das ist okay.“ Informieren Sie den/die Kindergärtner/in oder Lehrer/in Ihres Kindes über Ihre Situation zu Hause. Setzen Sie weiterhin Grenzen und bleiben Sie Ihren innerfamiliären Regeln treu.

Wenn Sie das Gefühl haben, dass Ihr Kind Bewältigungsprobleme hat, sollten Sie sich überlegen, professionellen Beistand zu suchen, zum Beispiel durch eine(n) Kinder- oder Familientherapeuten/in, Sozialarbeiter/in oder Geistliche(n).

Anzeichen für Bewältigungsprobleme bei Ihrem Kind:

- Daumenlutschen oder Bettnässen.
- Veränderte Ess- oder Schlafgewohnheiten.
- Verschlechterung der schulischen Leistung.
- Störverhalten.
- Starke Stimmungsschwankungen.
- Ihr Kind verbringt mehr Zeit bei Freunden als zu Hause.
- Alles, was bei Ihrem Kind nicht normal ist.

KLEINKINDER (2-5 JAHRE)

Selbst die Taten Ihrer kleinen Kinder sagen mehr als 1000 Worte.

Beobachten Sie Ihre Kinder beim Spielen und suchen Sie nach Hinweisen, wie sie das Problem verarbeiten. Kleine Kinder bewältigen Gefühle der Angst oder Wut häufig durch Fantasien. Gibt man den Kindern korrekte Informationen, so werden sie sich nicht die schrecklichsten Dinge ausmalen.

Das Verständnis ist begrenzt.

Erklären Sie Ihren Kindern, dass sie sich nicht mit Krebs anstecken können und dass sie nichts zum Entstehen dieser Krankheit beigetragen haben. Beschreiben Sie das Problem in einfachen Worten, zum Beispiel: „Mama ist krank.“ Zeigen Sie ihnen an einer Puppe, wo der Krebs ist. Erklären Sie ihnen mit Kinderbüchern, was Brustkrebs ist.

Bei aller Neugier können Ihre Kinder nicht lange stillsitzen.

Stellen Sie sich auf „Warum“-Fragen ein. Geben Sie kurze, einfache Antworten. Planen Sie kurze aber häufige Gespräche mit Ihren Kindern über Brustkrebs.

Anregungen, wie Sie Ihren Kindern bei der Bewältigung helfen können:

- Versuchen Sie, den gewohnten Tagesablauf beizubehalten und tägliche Routinen fortzuführen, zum Beispiel das Vorlesen vor dem Schlafengehen.
- Bitten Sie Freunde oder Verwandte, Zeit mit Ihren Kindern zu Hause zu verbringen, wenn Sie es nicht können.
- Treffen Sie Verabredungen zum Spielen, damit Ihre Kinder Zeit mit anderen Kindern verbringen können.
- Ermutigen Sie Ihre Kinder, Bilder zu malen oder Lieder zu singen, damit sie ihre Gefühle zum Ausdruck bringen können.
- Bereiten Sie sie auf Veränderungen Ihres Äußeren vor, zu denen es durch die Therapie bei Ihnen kommen kann, zum Beispiel Haarausfall, Gewichtsveränderungen oder Verlust einer Brust.

GRUNDSCHULKINDER (6-9 JAHRE)

Kinder im Schulalter kennen schon ihren Platz in der Welt.

Sie lernen, dass sie Teil einer Familie und einer Gemeinschaft sind. Sie können begreifen, verstehen, dass Ihre Krankheit Auswirkungen hat und Sie daran hindert, einigen Ihrer normalen Aktivitäten nachzugehen.

Sie möchten Einzelheiten wissen und können Ihnen eine Weile zuhören.

Beschreiben Sie an Bildern möglichst einfach, was Brustkrebs ist und wie Sie behandelt werden. Erklären Sie Ihren Kindern, dass sie sich nicht mit Krebs anstecken können und dass sie nichts dafür können, dass Sie krank geworden sind. Wählen Sie Momente, in denen sie aufnahmefähig sind, und erzählen Sie ihnen, was mit Ihnen und mit der Familie passiert.

Ihre Kinder werden sensibler.

Ermutigen Sie sie, mit Ihnen oder anderen vertrauten Menschen über ihre Gefühle zu sprechen. Erzählen Sie ihnen von Ihren Gefühlen. Sagen Sie ihnen, dass sie weinen dürfen.

Anregungen, wie Sie Ihren Kindern bei der Bewältigung helfen können:

- Routine ist wichtig. Versuchen Sie, gewohnte Familien- und Freizeitaktivitäten fortzuführen. Wenn Sie umplanen müssen, sagen Sie ihnen Bescheid.
- Zeigen Sie Ihren Kindern, wie sie ihre Gefühle mit Bildern, Tonfiguren oder Bausteinen ausdrücken können.
- Bereiten Sie sie auf Veränderungen Ihres Äußeren vor, die durch die Therapie entstehen, zum Beispiel Haarausfall, Gewichtsveränderungen oder Verlust einer Brust.
- Versichern Sie Ihren Kindern, dass die Menschen, die sie lieb haben, sich immer um sie kümmern werden.

ÄLTERE SCHULKINDER (10-12 JAHRE)

Die Reaktionen Ihrer Kinder können schwer zu verstehen sein.

Häufig sind sie verwirrt über das, was mit ihrem Leben und ihrer Familie geschieht. Möglicherweise fühlen sie sich auch hin- und hergerissen zwischen Ihrem elterlichen Einfluss und der Suche nach Anerkennung durch Freunde.

Ihre Kinder können abstrakte Konzepte schon verstehen und darüber nachdenken.

Verwenden Sie Vergleiche, um das Geschehen zu erläutern. Laden Sie sie ein, Sie bei Arztbesuchen zu begleiten und Sie im Krankenhaus zu besuchen. Schreiben Sie zusätzliche Informationen auf Zettel, die Sie in der Küche für die Kinder hinterlassen.

Ihre Kinder können sich schwer tun, Gefühle mitzuteilen.

Erinnern Sie Ihre Kinder daran, dass alle ihre Gefühle normal und in Ordnung sind. Teilen Sie ihnen Ihre eigenen Gefühle offen mit. Wenn ihnen die Auseinandersetzung mit bestimmten Aspekten Ihrer Krankheit peinlich ist, versuchen Sie, gemeinsam einen Weg zu finden, damit klarzukommen.

Anregungen, wie Sie Ihren Kindern bei der Bewältigung helfen können:

- Versichern Sie ihnen, dass sie weiterhin an außerschulischen Aktivitäten teilnehmen und Zeit mit ihren Freunden verbringen können.
- Regen Sie an, dass sie ein Tagebuch führen, um ihre Gefühle besser verarbeiten zu können.
- Bereiten Sie sie auf Veränderungen Ihres Äußeren vor, die durch die Therapie entstehen, zum Beispiel Gewichtsveränderungen, Haarausfall oder Verlust einer Brust.
- Ermutigen Sie Ihre Kinder, auch mit anderen Vertrauenspersonen zu reden – mit einem anderen Familienmitglied, mit Freunden oder einer Lehrerin/einem Lehrer in der Schule.



TEENAGER (13-18 JAHRE)

Die Reaktionen Ihrer Kinder können sehr kompliziert sein.

Bei Teenagern kann die Vernunft beeinträchtigt sein, weil sie glauben, alle Antworten zu kennen. Sie können in einen inneren Konflikt geraten, denn sie wissen einerseits, dass es jetzt „richtig“ wäre, ihrer Mutter zu helfen, andererseits haben sie den Drang, unabhängig zu werden und ihren eigenen Interessen nachzugehen.

Ihre Kinder können Situationen der Erwachsenen schon verstehen.

Geben Sie Ihren Teenagern so viel Informationen über Brustkrebs, wie sie haben möchten. Sie können selbst entscheiden, wann sie zu einem Gespräch bereit sind und wann sie Zeit zum Nachdenken brauchen. Wenn sie dann bereit sind, lassen Sie sie zu Arztterminen mitkommen und Sie im Krankenhaus besuchen.

Ihre Kinder haben eigene Ängste.

Sagen Sie ihnen, dass sie ruhig mit einem Freund oder einer Freundin oder einem anderen Erwachsenen über ihre Gefühle sprechen können. Gehen Sie auf eventuelle Ängste Ihrer Tochter in Bezug auf ihr eigenes Brustkrebsrisiko ein.

Anregungen, wie Sie Ihren Kindern bei der Bewältigung helfen können:

- Versichern Sie ihnen, dass sie weiterhin an außerschulischen Aktivitäten teilnehmen und Zeit mit ihren Freunde verbringen können.
- Regen Sie an, dass Ihr Kind ein Tagebuch führt, um so seine Gefühle besser verarbeiten zu können.
- Geben Sie Ihrem Teenager „Erwachsenenaufgaben“, zum Beispiel Besorgungen machen, Ferngespräche mit Freunden oder Verwandten führen oder Informationen im Internet suchen.
- Ermutigen Sie Ihren Teenager, weiter Zukunftspläne zu schmieden, zum Beispiel für die Sommerferien oder die Studienwahl.



PUBLIKATIONEN

Empfehlungen für Erwachsene:

„Wissen gegen Angst“,
Lilo Berg, Goldmann Verlag

„Brustkrebs – Ratgeber und Hilfe für Betroffene und Angehörige“,
Hermann Delbrück, Kohlhammer Verlag

„Perspektive“,
Aktuelles Magazin der Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V.,
Dietz Druck, Heidelberg

Empfehlungen für Kinder:

„Die Papierkette“,
Claire Blake, Eliza Blanchard, Kathy Parkinson.
Kostenlos zu beziehen über Susan G. KOMEN Deutschland e.V.

„Was ist das“,
fragt der Frosch, Max Uelthuijs, Verlag Sauerländer

„Mama hat Krebs – mit Kindern die Krankheit begreifen“,
Susanne Krejsa, Kreuz-Verlag

„Plötzlich ist alles anders – wenn Eltern an Krebs erkranken“,
Sylvia Broeckmann, Klett-Cotta Verlag

„Als der Mond vor die Sonne trat“,
Gerhard Trabert, Verlag Editions Mathieu

„Leb wohl, lieber Dachs“,
Susan Varley, Verlag Annette Betz.

NÜTZLICHE ADRESSEN UND WEBSITES

Praktische Hilfen, Informationen und Beratung

Deutsche Gesellschaft für Senologie e.V.
Postfach 30 42 49 · 10757 Berlin · Tel.: 030/85 07 47 40 · Fax: 030/85 07 98 27
E-Mail: mail@senologie.org · www.senologie.org
(Informationen für Patientinnen und Angehörige, Kontakte zu zertifizierten
Brustkrebszentren, Fragenportal direkt mit Fachexperten)

Deutsche Krebsgesellschaft e.V.
Straße des 17. Juni 106-108 · 10623 Berlin · Tel.: 030/32293290 · Fax: 030/322932966
E-Mail: info@krebsgesellschaft.de · www.krebsgesellschaft.de (Informationen, Kontakte für
Patientinnen und Angehörige, Kontakte zu zertifizierten Krebszentren)

Frauenselbsthilfe nach Krebs, Bundesverband e.V.
Thomas-Mann-Str. 40 · 53111 Bonn · Tel.: 0228/33 88 94 00 · Fax: 0228/33 88 94 01
E-Mail: kontakt@frauenselbsthilfe.de · www.frauenselbsthilfe.de
(Kontakte zu lokalen und regionalen Selbsthilfegruppen, kostenlose Informationen, aktuelle
Ratgeber u.a. zu den Themen: Soziale Informationen, Krebs und Sexualität, Brustamputation
– und wie weiter?, Lymphödem)

Deutsche Krebshilfe e.V.
Buschstr. 32 · 53113 Bonn · Tel.: 0228/729 90 95 · Fax: 0228/729 90 11
E-Mail: deutsche@krebshilfe.de · www.krebshilfe.de (kostenlose Informationen;
verschicken Ratgeber-Broschüren; Härtefonds für in Not geratene Krebspatienten)

Deutsches Krebsforschungszentrum (DKFZ), Krebsinformationsdienst (KID)
Im Neuenheimer Feld 280 · 69120 Heidelberg · kostenlose Hotline täglich von 8-20 Uhr:
Tel.: 0800/4203040. Aus dem Ausland: Tel.: +49 (0)6221/999 80 00 · Fax: 06221/40 18 06
E-Mail: krebsinformationsdienst@dkfz.de · dkfz-heidelberg.de · www.krebsinformation.de

Rexrodt von Fircks Stiftung
Bendenkamp 98 · 40880 Ratingen · Tel.: 02102/528 549 · Fax: 02102/528 548
E-Mail: annette@rexrodt-von-fircks.de · www.rvfs.de
(Projekte zur Unterstützung von Müttern, die an Krebs erkrankt sind, ihren Kinder und Familien)

Pro Familia – Deutsche Gesellschaft für Familienplanung,
Sexualpädagogik und Sexualberatung e.V.
Frau Dr. Hannelore Sonnleitner-Doll · Palmengartenstr. 14 · 60325 Frankfurt
Tel.: 069/90 744 744 · Fax: 06 9/90 744 730
E-Mail: frankfurt-main@profamilia.de · www.profamilia.de
(vermittelt Kontakte zu Beratungsstellen im ganzen Bundesgebiet)

Internetadressen

Beauftragte der Bundesregierung für die Belange der Patientinnen und Patienten

www.patientenbeauftragte.de

Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ)

www.aezq.de*

Bundesministerium für Gesundheit

www.bmg.bund.de

Inka

www.inkanet.de (Das Informationsnetz für Krebspatienten)

Kommissionsgruppe Mamma der Arbeitsgemeinschaft gynäkologische Onkologie e.V.

www.ago-online.de (Patientenratgeber)

Krebs-Kompass

www.krebs-kompass.de*

(Unterstützt Krebspatienten und Angehörige bei der Suche im Internet)

NetDoktor

www.netdoktor.de* (Informationen zu Gesundheit und Medizin von Ärzten und Fachjournalisten, u.a. zum Thema Brustkrebs)

Patientenportal von Bundesärztekammer und der Kassenärztlichen Bundesvereinigung

www.patienten-information.de*

Susan G. KOMEN Deutschland e.V.,
Verein für die Heilung von Brustkrebs

www.komen.de

Studienportal der Deutschen Gesellschaft für Senologie e.V.

www.dgs-studien.de

Deutsches Krebsstudienregister

www.studien.de

*Gütesiegel HON-Code

Diese Broschüre, wie auch die jährlichen Förderprojekte unseres gemeinnützigen Vereins, finanzieren sich über gemeinsame Aktionen mit Partnern aus der Wirtschaft, unseren Veranstaltungen wie „Race for the Cure®“ und „Pink Tie Ball®“ und natürlich Spendenzuwendungen von Privatpersonen. Daher sind wir auf Ihre Spende angewiesen!

Unser Spendenkonto:

Susan G. KOMEN Deutschland e.V.

Commerzbank AG

BLZ 500 400 00

Konto 375 045 200

Für Spenden bis 200 € gilt der Überweisungsträger als Nachweis, für Beträge darüber stellen wir Ihnen gerne eine Spendenquittung aus.

Diese Broschüre wurde von Susan G. Komen for the Cure® in Zusammenarbeit mit dem Health Communication Research Laboratory der Saint Louis University, USA, erstellt.

Redaktionelle Bearbeitung und Aktualisierung 2009: Prof. Dr. med. U.-S. Albert, Prof. Dr. med. V. Möbus, Vorstand Susan G. KOMEN Deutschland e.V.

In dieser Reihe sind erschienen und kostenfrei zu bestellen:

Was ist los mit der Frau, die wir lieben?

Brustkrebs in der Familie – was nun

Was ist los mit der Frau, die ich liebe?

Meine Partnerin hat Brustkrebs – was nun

Was ist nur mit mir los?

Ich habe Brustkrebs – was nun