

## Brustkrebs > Früherkennung - Symptome - Diagnose

### Das Wichtigste in Kürze

Besteht der Verdacht auf Brustkrebs, ändert sich das Leben der Betroffenen meist schlagartig. Eine Beratung zu möglichen Behandlungen, Therapiezielen sowie Nebenwirkungen und Spätfolgen kann helfen, eine gut informierte und passende Entscheidung zu treffen. Gleichzeitig möchten manche Menschen in dieser belastenden Phase nicht alle Details wissen, auch das ist berechtigt. Entscheidend ist, dass jede Person die Informationen erhält, die sie als hilfreich empfindet.

### Auftreten und Risikofaktoren

Brustkrebs (Mammakarzinom) ist ein bösartiger Tumor in der Brust. Besonders häufig ist das obere, äußere Viertel der Brust betroffen.

Es ist weltweit die häufigste Krebserkrankung bei Frauen. In Deutschland erkrankt etwa jede achte Frau im Laufe ihres Lebens daran, besonders nach den Wechseljahren.

In Industriestaaten tritt Brustkrebs häufiger auf, aber die Heilungschancen sind dort auch höher. Die 5-Jahres-Überlebensrate liegt bei etwa 88-90 %, abhängig vom Alter.

Auch Männer können an Brustkrebs erkranken, in Deutschland etwa 770 pro Jahr. Die Behandlung sollte in zertifizierten Brustzentren erfolgen. Weitere Informationen bietet das Netzwerk Männer mit Brustkrebs e.V. im Internet unter [www.brustkrebs-beim-mann.de](http://www.brustkrebs-beim-mann.de).

Die Ursache von Brustkrebs ist nicht geklärt. Als Risikofaktoren gelten unter anderem:

- **Genetische Vorbelastung:** Brustkrebs bei nahen Verwandten kann das Risiko erhöhen.
- **Hohe Dichte des Brustgewebes:** Mehr Drüsen- und Bindegewebe, weniger Fettgewebe.
- **Hormonelle Faktoren:** Früher Beginn der Menstruation, späte Menopause, keine oder späte Geburten.
- **Ernährung und Lebensstil:** Fettreiche Ernährung, Alkohol, Rauchen.
- **Übergewicht und geringe körperliche Aktivität:** Diese Faktoren können das Risiko erhöhen.
- **Vorherige Krebserkrankungen:** Frühere Erkrankungen an Brustkrebs, Gebärmutter- und Eierstockkrebs oder Dickdarmkrebs.

### Praxistipp

Der kostenlose Brustkrebs-Risikotest der München Klinik gGmbH unter <https://www.muenchen-klinik.de> > [Ihre Gesundheit](#) > [Frauen ... Frauengesundheit](#) > [Brustkrebs-Risikotest](#) bewertet Ihr persönliches und familiäres Risiko. Er zeigt Ihre Risiko-Punktzahl an und informiert, ob eine Vorsorgeuntersuchung empfohlen wird.

### DCIS: Vorstufe

DCIS (Duktales Carcinoma in Situ) ist eine Vorstufe von Brustkrebs, bei der veränderte Zellen in den Milchgängen der Brust auftreten. Diese Zellen können harmlos bleiben, sich jedoch auch zu einem bösartigen Tumor entwickeln. Betroffene sollten sich von ihrem Arzt über Risiken und Behandlungsmöglichkeiten informieren lassen. Meist erfolgt eine brusterhaltende Operation und je nach Rückfallrisiko eine anschließende Strahlentherapie sowie eine entsprechende [Nachsorge](#).

## Untersuchungen

### Früherkennung und mögliche Symptome

Im Frühstadium verursacht Brustkrebs meist keine Beschwerden. Erst im fortgeschrittenen Stadium treten unspezifische Symptome wie Abgeschlagenheit, Gewichtsverlust oder Knochenschmerzen auf.

Frauen sollten regelmäßig ihre Brüste abtasten und auf folgende **Anzeichen und Symptome** achten:

- Knoten, Verhärtungen, Schwellungen
- Größenunterschiede
- Veränderungen der Brustwarze (Einsenkungen, Entzündungen)
- Absonderungen aus der Brustwarze (z.B. eitriges Sekret)
- Hautauffälligkeiten (z.B. Rötungen)
- Lymphknotenschwellung in der Achselhöhle

Je früher Brustkrebs erkannt wird, desto besser sind die Heilungschancen.

Frauenärzte bieten regelmäßige [Vorsorgeuntersuchungen](#) an. Die Krankenkasse trägt die Kosten für sog. Gesundheitsuntersuchungen.

Etwa 30 % der Frauen mit Brustkrebs in Deutschland haben familiäre Risikofaktoren und erfüllen damit die Kriterien für eine [genetische Untersuchung](#). Eine solche Untersuchung sollte immer dann angeboten werden, wenn bei der betroffenen Person oder in ihrer Familie Hinweise auf eine erbliche, krankheitsverursachende genetische Veränderung bestehen.

Studien zeigen, dass die Brustkrebssterblichkeit für regelmäßige Teilnehmerinnen am Mammographie-Screening nachweislich gesenkt werden kann. Auf der anderen Seite werden Betroffene einer Strahlenbelastung ausgesetzt und es gibt Überdiagnosen sowie falsch-positive Befunde. **Überdiagnose** meint Brustkrebsbefunde, die durch das Screening Monate bis Jahre früher entdeckt werden, obwohl der Tumor ohne Mammographie nie Beschwerden verursacht oder zum Tod geführt hätte. Dadurch kann es zu belastenden Behandlungen kommen, die die Lebensqualität unnötig einschränken.

**Falsch-Positive Befunde** ziehen weitere Untersuchungen nach sich, z.B. Ultraschall oder Biopsien (= Entnahme und Untersuchung von Brustgewebe), und lassen Betroffene tagelang in großer Angst leben, die sich dann letztlich als unbegründet herausstellt.

## Transgender und Brustkrebs

In der aktualisierten Leitlinie von 2025 gibt es ein eigenes Kapitel zum Thema „Transgender und Brustkrebs“. Es enthält grundlegende Informationen zum Brustkrebsrisiko und zu empfohlenen Untersuchungen für Menschen, deren soziales Geschlecht (Gender) nicht dem Geschlecht entspricht, das ihnen bei der Geburt zugewiesen wurde. Transgender-Personen können, wie alle Menschen, an Brustkrebs erkranken. Da es bisher jedoch nur sehr wenige Studien und insgesamt wenig Forschung zu Brustkrebs bei Transgender-Personen gibt, gelten für sie die gleichen allgemeinen Empfehlungen zur Brustkrebsfrüherkennung wie für alle anderen. Das Netzwerk Geschlechtliche Vielfalt Trans NRW bietet für weiterführende Informationen die Broschüre „Vorsorge & Trans\*Gesundheit“ an, kostenloser Download unter [www.ngvt.nrw](http://www.ngvt.nrw) > [Publikationen](#).

## Praxistipps

- Detaillierte Informationen zur Erkrankung und zu den verschiedenen Untersuchungsmethoden bei Krebsverdacht gibt der Krebsinformationsdienst (KID) des Deutschen Krebsforschungszentrums unter [www.krebsinformationsdienst.de](http://www.krebsinformationsdienst.de) > [Krebsarten](#) > [Brustkrebs](#).
- Die Deutsche Krebshilfe bietet in dem Ratgeber „Brustkrebs“ aktuelles Wissen über Brustkrebs und Früherkennung an, Download unter [www.krebshilfe.de](http://www.krebshilfe.de) > [Informieren](#) > [Über Krebs](#) > [Infomaterial bestellen](#) > [Für Betroffene](#).
- Informationen zur Selbstuntersuchung finden Sie bei der Deutschen Krebsgesellschaft unter [www.krebsgesellschaft.de](http://www.krebsgesellschaft.de) > [Basis-Informationen Krebs](#) > [Brustkrebs](#) > [Basisinformationen Brustkrebs](#) > [Vorbeugung und Früherkennung](#) > [Selbstuntersuchung der Brust](#).
- Informationen über das Mammographie-Screening-Programm unter [www.mammo-programm.de](http://www.mammo-programm.de).
- Eine Liste der zertifizierten Brustkrebszentren bietet die Deutsche Krebsgesellschaft unter [www.oncomap.de](http://www.oncomap.de).
- Der Verein Brustkrebs Deutschland e. V. bietet Beratung, Informationen über aktuelle Themen und neue Studienergebnisse sowie ein kostenloses „Wohlfühlpäckchen“ für betroffene Frauen unter [www.brustkrebsdeutschland.de](http://www.brustkrebsdeutschland.de) > [Für mich](#) > [Kostenloses Wohlfühlpäckchen](#).

## Vor Beginn der Behandlung

Wird die Diagnose Brustkrebs gestellt, müssen sich Betroffene oft zwischen mehreren Behandlungsmöglichkeiten mit unterschiedlichem Nutzen und Risiko entscheiden. Wichtig sind deshalb ausführliche Informationen, um auf Grundlage aktueller medizinischer Erkenntnisse sowie persönlicher Wünsche und Wertvorstellungen eine Entscheidung treffen zu können.

## Das Arztgespräch

Brustkrebs erfordert keine sofortige Notfallbehandlung. Betroffene haben in der Regel genug Zeit, eine Zweitmeinung einzuholen, sich umfassend zu informieren und Entscheidungen in Ruhe zu treffen. Dennoch besteht oft der Wunsch, so schnell wie möglich mit der Behandlung zu beginnen. Das Gespräch mit dem Arzt ist dabei besonders wichtig. Je nach Behandlungsmöglichkeiten sollten folgende Themen besprochen werden:

- **Art des Tumors:** Welche Art von Brustkrebs liegt vor?
- **Behandlungsoptionen:** Welche Behandlungen stehen zur Verfügung (Operation, Strahlentherapie, Chemotherapie, Hormontherapie, klinische Studien)?
- **Vor- und Nachteile:** Welche Vor- und Nachteile haben die verschiedenen [Behandlungen](#)?
- **Nebenwirkungen:** Welche Nebenwirkungen sind zu erwarten, z.B. [Fatigue](#), Übelkeit, Lymphödem?
- **Prognose:** Wie sind die Heilungschancen?
- **Nachsorge und Rehabilitation:** Welche Nachsorgeuntersuchungen sind notwendig? (Näheres unter [Brustkrebs](#) > [Nachsorge](#) und [Brustkrebs](#) > [Medizinische Rehabilitation](#))

## Arbeitsunfähigkeit und Berufstätigkeit

Bereits vor der Behandlung ist eine Krankschreibung (Näheres unter [Arbeitsunfähigkeit](#)) möglich und sinnvoll. Dann können alle wichtigen Vorbereitungen in Ruhe getroffen werden und die betroffene Person hat die Möglichkeit, sich mit der Situation auseinanderzusetzen. Manche wollen so lange wie möglich weiter arbeiten, weil für sie Alltag und Struktur in dieser Situation wichtig ist.

Wie lange eine Krankschreibung bei Brustkrebs dauert, ist vorab nicht absehbar.

Näheres unter [Brustkrebs > Arbeit](#).

## Selbsthilfe und Beratung

Schon vor der Operation können verschiedene Selbsthilfeorganisationen Unterstützung bieten. Im Bereich Brustkrebs sind [Selbsthilfegruppen](#) sehr aktiv und bieten u.a. Informationen und Beratung zu Diagnose, Therapie und Reha sowie psychosoziale Unterstützung. Gemeinsam wollen Betroffene ihre Lage verbessern und sich gegenseitig durch den regelmäßigen Austausch unterstützen. Kontakte siehe unten.

Entlasten können auch Gespräche in der Familie oder im Freundeskreis. Eventuell gibt es im engeren Umfeld andere Frauen, die Brustkrebs haben oder hatten und mit ihren Erfahrungen weiterhelfen können. Brustkrebs ist jedoch eine sehr vielgestaltige Erkrankung, die oft unterschiedlich behandelt werden muss. Gute Ansprechpersonen für offene Fragen sind immer auch der behandelnde Arzt oder eine fachkundige Beratungsstelle (Näheres unter [Psychoonkologie](#)).

## Wer hilft weiter? Information und Beratung

### Frauenselbsthilfe Krebs - Bundesverband e.V.

Telefon: 0228 338894-09 (Mo-Do 9-15 Uhr, Fr 9-12 Uhr)

E-Mail: [kontakt@frauenselbsthilfe.de](mailto:kontakt@frauenselbsthilfe.de)

[www.frauenselbsthilfe.de](http://www.frauenselbsthilfe.de)

### mamazone - Frauen und Forschung gegen Brustkrebs e.V.

Telefon: 0821 2684191-0

E-Mail: [info@mamazone.de](mailto:info@mamazone.de)

[www.mamazone.de](http://www.mamazone.de)

### BRCA - Netzwerk e.V.

Telefon: 0228 - 33889-100

E-Mail: [info@brca-netzwerk.de](mailto:info@brca-netzwerk.de)

[www.brca-netzwerk.de](http://www.brca-netzwerk.de) > [Familiäre Krebserkrankungen](#) > [Brustkrebs](#)

### Brustkrebs Deutschland e.V.

Telefon: 0800 0117112 (zusätzlich: kostenlose ärztliche Telefonsprechstunde unter derselben Telefonnummer: Mo 17.30-19 Uhr)

E-Mail: [online@brustkrebsdeutschland.de](mailto:online@brustkrebsdeutschland.de)

[www.brustkrebsdeutschland.de](http://www.brustkrebsdeutschland.de)

### Krebsinformationsdienst des deutschen Krebsforschungszentrums

Beratung per Telefon: 0800 420 3040 (täglich 8-20 Uhr)

E-Mail: [krebsinformationsdienst@dkfz.de](mailto:krebsinformationsdienst@dkfz.de)

[www.krebsinformationsdienst.de](http://www.krebsinformationsdienst.de) > [Krebsarten](#) > [Brustkrebs](#)

### Netzwerk Männer mit Brustkrebs e.V.

Telefon: 04148 5341

E-Mail: [kontakt@brustkrebs-beim-mann.de](mailto:kontakt@brustkrebs-beim-mann.de)

[www.brustkrebs-beim-mann.de](http://www.brustkrebs-beim-mann.de)

## Praxistipp Ratgeber

Kostenloser Download: [Ratgeber Brustkrebs](#) als PDF mit Informationen zu allen oben stehenden Themen und den Informationen in den nachfolgend verlinkten Artikeln.

## Verwandte Links

[Brustkrebs](#)

[Brustkrebs > Arbeit](#)

[Brustkrebs > Behandlung](#)

[Brustkrebs > Familie und Alltag](#)

[Fatigue - Chronisches Erschöpfungssyndrom](#)

[Kinder krebskranker Eltern](#)

[Haarausfall bei Chemotherapie](#)

[Krebs > Lymphödem](#)

[Brustkrebs > Brustprothesen und Spezial-BHs](#)

[Brustkrebs > Nachsorge](#)