



Für alle, die bei Krebs mitreden wollen

www.mammamia-online.de

Das Brustkrebsmagazin

Mamma Mia!

Ausgabe 1/2026

Unter der Lupe:

Abnehmspritzen – Medizinische Hilfe oder nur ein Hype?

Erlebte Gemeinschaft:

Das Mamma Mia! Wochenende 2025 in Kronberg

Fühlen statt Können:

Kunsttherapie bei Krebs

Fortschritte bei Brustkrebs:
Hoffnung durch endokrine
Kombinationstherapien

Deutschland, Österreich EUR 5,50; Schweiz SFR 7,80; Luxemburg EUR 6,50



4 197334 805503

01



Liebe Leserin, lieber Leser,

„Warum arbeitest Du in Deiner Situation überhaupt noch?“, werde ich häufig gefragt. „Und dann beschäftigst Du Dich noch rund um die Uhr mit Krebs?!“. Ja, so ist es. Das ist Teil meiner Therapie. Ich brauche das. Ohne meine Arbeit würde mir etwas fehlen. Ich war gespannt, wie das andere Frauen mit einer fortgeschrittenen Krankheit sehen. So habe ich mich schon lange auf unser Wochenende für Frauen mit einer metastasierten Brustkrebserkrankung zum Thema „Herausforderungen und Möglichkeiten der Berufstätigkeit“ gefreut, um mehr darüber zu erfahren. Es war wie immer ein sehr intensives, bereicherndes und schönes Wochenende. Auf die Frage, was die Frauen spontan denken, wenn sie das Wort „Arbeit“ hören, war alles dabei – von Freiheit, sinnvoller Beschäftigung und finanzielle Unabhängigkeit bis Angst, Überforderung, Ausgrenzung. Ich denke, das deckt die Wirklichkeit ganz gut ab. In unserem Beitrag ab **→ Seite 42** erfahren Sie mehr über unser Wochenende und welche Herausforderungen wir zu bewältigen haben, wenn wir arbeiten – oder nicht mehr arbeiten möchten beziehungsweise können.

Die letzten Monate waren ohnehin sehr intensiv. Im Oktober fand der europäische Krebskongress ESMO statt, dieses Jahr in Berlin. Es gab so viele neue Erkenntnisse, dass unsere Experten nun diskutieren müssen, wie wir damit in der Praxis umgehen. Das bedeutet, dass es in einigen Krankheitssituationen immer mehr Optionen gibt und wir uns die Frage stellen, was wir wann am besten einsetzen? Wie viel Therapie reicht aus? Bei welchen Patientinnen und Patienten wäre etwas mehr besser? Fachleute sprechen von „Eskalation der Therapie“. Ich bevorzuge das Wort „Optimierung“. Denn darum geht es meines Erachtens. Eine kurze Zusammenfassung der wichtigsten Studien finden Sie auf **→ Seite 14**. Dabei muss bei allem Optimismus bedacht werden, dass noch nicht alle hier vorgestellten Optionen auch schon zugelassen sind. An der Stelle setzen wir uns wie immer für schnelle Prozesse ein.

Intensiv geht es weiter mit dem Kongress der ABC Global Alliance. ABC steht für „advanced breast cancer“. Bei diesem

Kongress geht es, wie der Name schon sagt, ausschließlich um fortgeschrittenen Brustkrebs. Was mich besonders freut, ist, dass ich bei der Abstimmung der neuen, globalen Empfehlungen als Patientenstimme vertreten bin und mit abstimmen darf. Mehr darüber berichte ich im nächsten Magazin, da der Redaktionsschluss naht.

Leben mit Krebs soll aber ja nicht nur aus Arbeitsleben und Therapien bestehen, sondern auch aus Leben und Normalität. Deshalb haben wir wieder einige Tipps für Sie zusammengestellt, die Ihnen die kommenden Monate vielleicht etwas Ablenkung schenken können. Wie wäre es mit einer kleinen Pilgertour direkt vor der Haustür? Oder damit, die dunkle Jahreszeit mit Pinsel und Farben ein wenig bunter zu gestalten? Dann werfen Sie einen Blick auf unsere Beiträge auf den **→ Seiten 54 und 62**. Und lassen Sie sich jetzt in der Advents- und Weihnachtszeit nicht einreden, Zucker wäre schlecht für Sie. Dafür gibt es keine Evidenz.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen schöne Feiertage, einen guten Start ins neue Jahr und dann sehen wir uns hoffentlich alle bei unserem digitalen Patientenkongress am 7. und 8. Februar 2026.

Herzliche Grüße

E. Schumacher-Wulf
Ihre Eva Schumacher-Wulf



Gendergerechte Sprache

Der besseren Lesbarkeit halber verwenden wir im Magazin bei den Berufsbezeichnungen in der Regel den generischen Plural. Da es sich bei der Mehrheit der Betroffenen um Frauen handelt, verwenden wir hier zumeist die weibliche Form. Selbstverständlich sind aber immer alle Menschen gemeint. Wir hoffen auf Ihr Verständnis!



Agenturfoto Mit Model gestellt.

NACHGEFRAGT

10 Therapie mit Rücksicht auf das Leben

Wünsche von Frauen mit metastasiertem Brustkrebs.

MEDIZIN

12 AGO – Supportive Therapien bei Brustkrebs

Maßnahmen zur Vorbeugung und Linderung therapiebedingter Nebenwirkungen.

14 ESMO: Neue Erkenntnisse aus der Brustkrebsforschung

Neue Zielgerichtete Therapien verbessern Überleben und Lebensqualität.

18 Neue Studien zur Supportiven Therapie

Ein Überblick vom ESMO-Kongress 2025.

26 Metastasierter Brustkrebs

Neue Hoffnung bei Hormonrezeptor-positivem, HER2-negativem, PIK3CA-mutiertem Brustkrebs.

28 Abnehmspritzen unter der Lupe

Medizinische Hilfe oder nur ein Hype?

32 Schlaflosigkeit

Was hilft, wenn die Brustkrebserkrankung den Schlaf raubt.

34 Lymphödem

Alles rund um die Ursachen, Verlauf und Behandlungsmöglichkeiten.

TITELTHEMA

22 Fortschritte in der Brustkrebsbehandlung: Neue Hoffnung durch endokrine Kombinationstherapien

Etwa zwei Drittel aller Brustkrebspatientinnen haben Tumoren, die hormonempfindlich sind. Seit Jahrzehnten ist bekannt, dass das Tumorwachstum mit einer antihormonellen Therapie gebremst werden kann. Doch mit der Zeit entwickeln Tumorzellen häufig sogenannte Resistenzmechanismen. Deshalb wird die Antihormontherapie heute oft mit zielgerichteten Medikamenten kombiniert. Im Interview dazu Prof. Dr. Nina Ditsch, Leiterin des Brustzentrums, Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe des Universitätsklinikums Augsburg.



Das Mamma Mia! Titelbild

Hatice K. ist 36 Jahre alt und wohnt in Wien. Ihre Brustkrebsdiagnose bekam sie Mitte 2022. Sie ist sich sicher: „Man verliert niemals seine Stärke. Manchmal vergisst man nur, dass man sie hat.“

Foto: Birgit Ehrenreich/feelagain.at

SPEZIAL

42 Das Mamma Mia! Patientenwochenende 2025 in Kronberg

Metastasierter Brustkrebs: Herausforderungen und Möglichkeiten der Berufstätigkeit.

PSYCHE

46 Belastung und Entlastung bei Angehörigen von Krebspatientinnen

Die Diagnose Brustkrebs betrifft nicht nur die Patienten selbst, sondern auch ihre Angehörigen.

PORTRÄT

50 Ich kämpfe auf meine Weise

Katrin ertastete im März 2021 einen Knoten in ihrer Brust, die Diagnose Brustkrebs folgte prompt. Mit Galgenhumor und der Unterstützung ihres Bruders meistert sie die Therapie.

PROJEKT

52 Das Chorprojekt „Jetzt oder Nie!“

Die singende Selbsthilfegruppe: Eine Gemeinschaft aus Krebserkrankten, Ärzten, Pflegekräften und Angehörigen bildet einen gemischten Chor.

BEWEGUNG

54 Pilgern vor der Haustür

Pilgern kann man im Kleinen auch vor der eigenen Haustür. Dabei ist der Weg das Ziel, um abzuschalten und einfach mal rauszukommen.

ERNÄHRUNG

58 Stevia & Co: Was ist dran an Zuckeralternativen?

Was genau ist eigentlich Stevia? Und ist es tatsächlich eine gute Zuckeralternative?

WOHLFÜHLEN

62 Kunsttherapie bei Krebs

Mit einem Pinselstrich – Gestalten hilft, wieder ins Gleichgewicht zu kommen. In der Kunsttherapie geht es nicht ums „Können“, sondern ums „Fühlen“.

RECHT

65 Der Schwerbehindertenausweis: Mehr Rechte, mehr Sicherheit, mehr Teilhabe

Welche Vorteile bringt ein Schwerbehindertenausweis und wie kann ich ihn beantragen?

AUF EINEN BLICK

Die Experten in dieser Ausgabe

Prof. Dr. Rupert Bartsch 08

Universitätsklinik für Innere Medizin I an der Medizinischen Universität Wien, klinische Abteilung für Onkologie

Prof. Dr. Peter A. Fasching 12

Universitätsklinikum Erlangen, Frauenklinik

Prof. Dr. Florian Schütz 12

Diakonissen-Stiftungs-Krankenhaus Speyer, Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe

Dr. Christian Maurer 16

Nationales Centrum für Tumorerkrankungen (NCT) Heidelberg

Prof. Florian Scotté 18

MD, PhD, Gustave Roussy Cancer Campus, Interdisciplinary Department for Organization of Patient Pathways (DIOPP)

Prof. Dr. Nina Ditsch 22

Universitätsklinikum Augsburg, Brustzentrum, Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe

Prof. Dr. Hans-Christian Kolberg 26

Knappschaft Kliniken Marienhospital Bottrop Klinik für Gynäkologie, Geburtshilfe, Senologie und gynäkologische Onkologie

PD Dr. Zoltan Kender 28

PhD, Universitätsklinikum Heidelberg, Innere Medizin I: Klinik für Endokrinologie, Diabetologie, Stoffwechsel und Klinische Chemie

Dr. Katrin Seidenstücker 34

Sana Kliniken Düsseldorf GmbH, Klinik für Plastische und Ästhetische Chirurgie

RUBRIKEN

- 03 Editorial
- 06 Leserbrief
- 07 Betroffene fragen Betroffene
- 08 Expertendialog
Prof. Dr. Rupert Bartsch
- 38 Medizin kurz
- 66 News
- 70 Medientipps
- 72 Termine
- 74 Rätsel
- 75 Denk an Dich! Die Kolumne für Dein persönliches Wachsen
- 78 Impressum

SEITE

42

