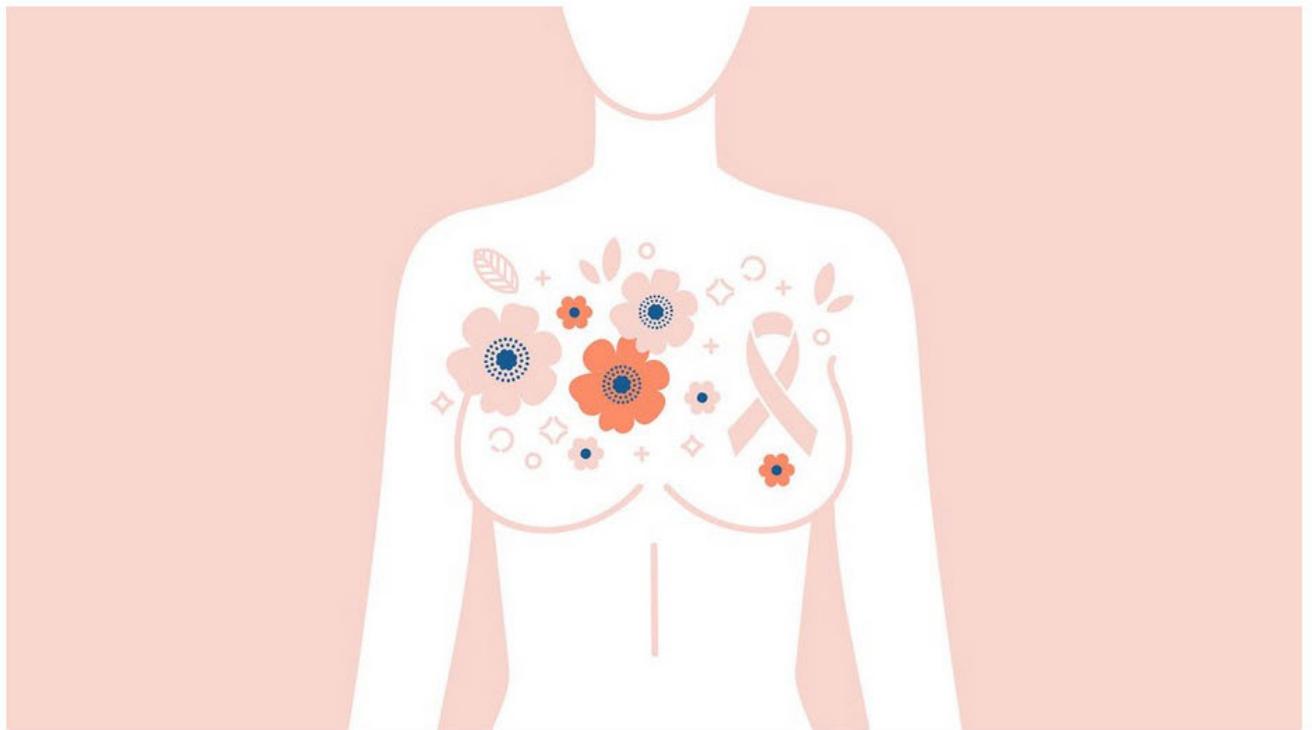


# 6 Dinge, die jede Frau über die Krebsvorsorge beim Frauenarzt wissen muss



Artikel von JULIA LOIBL  
15. Januar 2020



© iStock



**V**orsorgeuntersuchungen geraten im Alltagsstress oft in Vergessenheit. Besonders der Termin beim Frauenarzt wird gerne aufgeschoben. Weil man denkt: keine Beschwerden, keine Untersuchung. Wir haben mit der Münchner Frauenärztin Dr. Elke Philipp über die Krebsvorsorge gesprochen.

Ratsam ist es einmal pro Monat, am besten direkt nach der Periodenblutung, also in der ersten Zyklushälfte. Idealerweise legst du dich dafür hin und tastest von außen nach innen zur Brustwarze einmal rundherum das Gewebe ab. Dabei auf Verhärtungen („wie rohe Erbse“) oder überhaupt jede Veränderung achten. Nach einiger Zeit fühlt man sehr genau seinen Normalzustand und kann Veränderungen erkennen. Anschließend noch die Achselhöhlen abtasten und vor dem Spiegel schauen, ob die Haut der Brust an einer Stelle verändert oder eingezogen ist.

Sobald du eine Veränderung entdeckst oder sogar Blut aus deiner Brustwarze austritt, solltest du sofort zum Frauenarzt gehen.

## Krebsvorsorge beim Frauenarzt: 6 Dinge, die jede Frau wissen muss

1. Jede Frau sollte regelmäßig ihre Brust abtasten

2. Warum ist die Gebärmutterhalskrebs-

## Impfung sinnvoll?

Die Impfung gegen Gebärmutterhalskrebs schützt vor einigen Formen des Humanen Papillom Virus (HPV). Dieses Virus kommt sehr häufig vor (ca. 70% der ungeimpften sexuell aktiven Menschen sind mit ihm schon in Berührung gekommen) und wird beim Geschlechtsverkehr übertragen. Deshalb wird Mädchen und Jungen vor dem ersten Sexualkontakt zur Impfung geraten. Das Ansteckungsrisiko wird durch die Impfung deutlich gesenkt, allerdings nicht vollständig ausgeschaltet. HP-Viren können übrigens auch Genitalwarzen sowie Anal-, Penis- und Mundhöhlenkrebs verursachen.

### 3. Wieso wirkt diese Impfung nur vor dem ersten Geschlechtsverkehr?

Die Impfung vor dem ersten Geschlechtsverkehr ist am sinnvollsten, da man sich danach ja nicht mehr mit den Virustypen, gegen die man geimpft ist, anstecken kann. Die Kosten der Impfung werden bis zum 18. Geburtstag von allen Krankenkassen übernommen. Aber auch nach einer Ansteckung kann evtl. eine Impfung zu einem späteren Zeitpunkt noch sinnvoll sein.

### 4. Ab welchem Alter sollte man regelmäßig zu einer Krebsvorsorge-Untersuchung gehen?

Die Krebsvorsorgeuntersuchung wird ab dem 20. Geburtstag empfohlen, bis ins hohe Alter sollte man einmal jährlich zum Frauenarzt gehen.

### 5. Wie sieht eine Krebsvorsorge-Untersuchung aus?

Sie umfasst den Pap-Abstrich und die Untersuchung des Genitalbereichs, ab 30 zusätzlich die Abtastung der Brust, und ab 35 zusätzlich einen Test auf Humane Papillom Viren (HPV). Ab 50 gehört eine Stuhlprobe zur Früherkennung von Darmkrebs und ab 55 eine Darmspiegelung mit zur Krebsvorsorge.

Der Frauenarzt tastet die Brust und die Achselhöhlen ab, entnimmt mit einem weichen Stäbchen am Gebärmutterhals Zellmaterial für den Pap-Test und tastet mit beiden Händen den Genitalbereich vorsichtig ab. Bei Bedarf oder auf Wunsch der Patientin wird die Untersuchung um eine Ultraschalluntersuchung der Brust und/oder des Genitalbereiches ergänzt.

### 6. Was genau versteht man unter dem Pap-Test?

Der Pap-Abstrich (nach dem Erfinder George Nicolas Papanicolaou benannt) bezeichnet die Entnahme von Zellmaterial aus dem Gebärmutterhals. Dieses wird beim Spezialisten (Zytologe) im Labor auf Zellveränderungen untersucht, die Vorstufen von Gebärmutterhalskrebs sein können. Je nach Testergebnis kann eine kurzfristige Kontrolle nötig sein. So muss man keine Panik vor Gebärmutterhalskrebs haben. Denn wenn du regelmäßig zum Frauenarzt gehst, können Vorstufen erkannt und ggf. behandelt werden – lange bevor Krebs entstehen kann.

### Die Krebsvorsorge-Untersuchung beim Frauenarzt ist seit Januar 2020 reformiert worden:

Dr. Elke Philipp erklärt: „Frauen ab 35 Jahren bekommen zusätzlich zum Zellabstrich des Gebärmutterhalses (Pap-Test) einen Test auf Humane Papillom Viren (HPV-Test). Sind die Ergebnisse unauffällig, werden beide Tests erst nach drei Jahren wiederholt. Das macht auch Sinn, da festgestellt wurde, dass bei dieser Konstellation die Entstehung selbst von Vorstufen des Gebärmutterhalskrebses sehr unwahrscheinlich

ist. Bei auffälligen Testergebnissen werden die Kontrolluntersuchungen kurzfristiger empfohlen. Trotzdem ist weiterhin ein jährlicher Besuch beim Frauenarzt sinnvoll, da dabei neben dem Abtasten der Brust anderweitige Veränderungen im Genitalbereich erkannt werden können. Bei Frauen zwischen 20 und 34 Jahren bleibt es wie gewohnt beim jährlichen Zellabstrich (Pap-Test).“

<https://www.elle.de/krebsvorsorge-frauenarzt>