



**Patienteninformation  
zum Thema**

**Brustkrebs und Lymphödem**

**Dr. med. Sven Hanselmann**

Facharzt für Allgemeinmedizin  
Akupunktur / Naturheilverfahren /  
Palliativmedizin / Ernährungsmediziner (KÄB)

**Dr. med. Kai-Arwed Vivell**

Facharzt für Innere Medizin  
Akupunktur / Naturheilverfahren /  
Notfallmedizin / Palliativmedizin /  
Ernährungsmediziner (KÄB)

---

Schloßstr. 2  
74193 Schwaigern  
Tel.: 0 71 38 / 81 27 80  
Fax : 0 71 38 / 81 27 810  
E-Mail : praxis@gp-am-schloss.de  
Internet : www.gp-am-schloss.de

---

Liebe Patientin,

bei Ihnen wurde Brustkrebs festgestellt. Wir wollen Ihnen auf diesem Weg einige zusätzliche und nützliche Informationen zu Ihrer Erkrankung geben, um insbesondere das Auftreten eines Lymphödems zu verhindern.

1. Im Beruf und Haushalt
  - Verletzungen, Überanstrengung, Hitze und Kälte meiden.
    - Vorsicht mit dem Küchenmesser
    - Vorsicht beim Nähen (Fingerhut benutzen)
    - Kein Abwasch im heißen Wasser
    - Bedienen Sie keinen heißen Ofen ohne sehr gute Handschuhtopflappen
    - Putzen Sie keine Fenster mit erhobenem, geschwollenem oder gefährdetem Arm
    - Vorsicht beim Bügeln
    - Keine Zigarette in die Hand des geschwollenen (gefährdeten) Armes nehmen
    - Keine Armbanduhr an der geschwollenen (gefährdeten) Seite tragen
    - Auch bei Arbeiten im Haushalt die verordneten Armstrümpfe bzw. Gummihandhaltshandschuhe anziehen.
2. Bei der Kleidung
  - Die Träger des Büstenhalters dürfen nicht einschneiden, weder an der Schulter noch am Brustkorb. Tragen Sie eine federleichte Prothese
3. Bei der Schönheits- und Körperpflege
  - Peinlichste Sauberkeit - gründliche Hautpflege
    - Bei der Nagelpflege den Nagelfalz nicht schneiden. Vorsicht beim Feilen. Nagelhaut weder zurückschieben noch schneiden
    - Keine reizenden, allergisierenden Kosmetika verwenden
    - Keine Sauna
    - Kein extremes Sonnenbad
    - Keine knetende Massage des Armes
4. Beim Friseur
  - Schulter und den geschwollenen (gefährdeten) Arm vor der Hitzeeinwirkung der Trockenhaube schützen
5. Im Garten
  - Verletzungen vermeiden (Stacheln, Dornen, Geräte)
6. Bei der Tierhaltung
  - Bisse und Kratzer am geschwollenen (gefährdeten) Arm unbedingt vermeiden
7. Beim Sport
  - Keine Anstrengung
  - Keine Frostschäden
  - Keine Verletzungen (Ruhiges Schwimmen gehört zu den therapeutischen Maßnahmen)
8. Bei der Ernährung
  - Sollgewicht halten
  - Ausgewogenheit der Nahrung (Fleisch, Gemüse, frisches Obst) beachten
  - Kochsalzzufuhr einschränken
9. Während des Tages
  - Spezielle gymnastische Übungen (falls verordnet) im Armstrumpf durchführen
  - Den vom Arzt verordneten Armstrumpf tragen

10. Während der Nachtruhe  
Den geschwollenen Arm hochlagern oder bandagieren
11. Bei der Urlaubsplanung  
Insektenverseuchte Gebiete meiden
12. Beim Arzt
  - Blutdruck nicht auf der operierten/geschwollenen Seite messen lassen
  - Keine Injektion (weder in die Haut, noch in die Muskeln, in die Vene oder ein Gelenk) auf die operierte/geschwollene Seite geben lassen. Keine Spritzen in die Operationsnarbe
  - Kein Blut auf der operierten/geschwollenen Seite entnehmen lassen
  - Keine Akupunkturbehandlung, keine Heilanästhesie auf der operierten/geschwollenen Seite durchführen lassen
13. **Sofort den Arzt aufsuchen,**
  - **wenn am ödematösen (gefährdeten) Arm eine Entzündung auftritt (Fieber, Rötung, Schüttelfrost)**

Ihr Praxisteam