



Information och tjänster för din hälsa och vård. Besök 1177.se eller ring 1177 för sjukvårdsrådgivning. Öppet dygnet runt.

Bröstcancer

Sammanfattning

Allmänt

Bröstcancer är den vanligaste cancersjukdomen hos kvinnor. De flesta blir friska efter behandling om bröstcancer upptäcks tidigt. Därför bör man gå på de hälsoundersökningar med bröstströntgen, mammografiscreening, som man får kallelse till.

Hälsoundersökningarna görs i alla landsting och regioner. Det är också bra att själv regelbundet undersöka sina bröst.

Om cancerumören har hunnit sprida sig kan många ändå leva ett bra liv efter operation och andra behandlingar, även om cancer finns kvar i kroppen.

Symtom

Bröstcancer brukar kännas som en knöl i bröstet eller armhålan. Knölen är ofta hård och kan vara öm eller inte ömma alls.

Ett annat vanligt symtom på bröstcancer är att bröstvårtan eller huden på bröstet dras in.

En oförklarlig rodnad eller svullnad av bröstet, eller ett sår som inte läker och som uppstått utan att man skadat sig, kan också vara tecken på bröstcancer men det är mindre vanligt. Det gäller också blodig, brunaktig eller genomskinlig vattnig vätska som kommer ur bröstvårtan.

Behandling

Operation är den vanligaste behandlingen. Den kompletteras ofta med strålning, cytostatikabehandling och andra behandlingar med läkemedel.

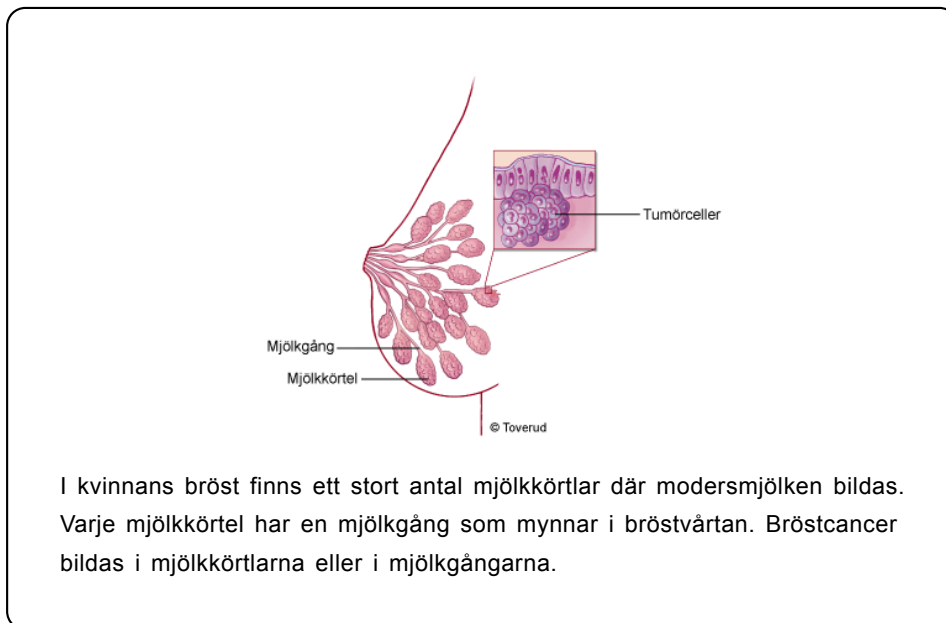
När ska man söka vård?

Om man får något av de symtom som beskrivs ovan ska man alltid kontakta vården för att snabbt kunna bli undersökt. Man kan

söka på en vårdcentral, en särskild bröstmottagning eller kirurgmottagningen på ett sjukhus. Man kan alltid ringa sjukvårdsrådgivningen för råd.

Vad är bröstcancer?

Bilder i kapitlet



Vanligaste cancer hos kvinnor

Bröstcancer är den vanligaste cancersjukdomen hos kvinnor med drygt 8 000 diagnoser per år. Antalet kvinnor som får bröstcancer är något färre än antalet diagnoser, eftersom ett fåtal kvinnor får cancer i båda brösten.

Det är ovanligt att kvinnor under 40 år blir sjuka, men sedan blir sjukdomen allt vanligare med stigande ålder.

Män kan också få bröstcancer, men det är sällsynt. 30 till 40 män får sjukdomen varje år i Sverige och får då samma typ av behandling som kvinnor.

Bröstcancer bildas i mjölkkörtlarna eller i mjölkgångarna. Om cancer upptäcks i ett tidigt skede brukar man bli frisk igen efter operation och andra behandlingar.

Hur cancer uppstår

Människokroppen är uppbyggd av många miljarder celler. För att kroppen ska kunna växa och leva vidare måste de flesta celler regelbundet ersättas med nya. Det sker genom att celler delar sig. När cellen ska dela sig fördubblar den hela sitt innehåll och blir till två celler. Då har en exakt kopia av cellen skapats och den första cellen dör.

Oftast fungerar celldelningen eller så klarar cellens arvsmassa, DNA, själv av att reparera den skada som uppstått. Men någon gång kan cellen få en skada som den själv inte kan reparera, och den tappar då förmågan att kontrollera sin delning och tillväxt. Det kan leda till att cancer uppstår.

Det som kännetecknar cancerceller är bland annat att de fortsätter att föröka sig okontrollerat samtidigt som de inte dör när deras tid är ute. Ofta klumpar cancercellerna ihop sig och bildar en tumör, men det finns också cancerformer där cellerna inte bildar tumörer.

Läs mer: [Vad är cancer?](#)

Cancer i mjölkgångarna vanligast

Bröstet består av bindväv, fettväv, mjölkkörtlar och mjölkgångar som mynnar ut i bröstvärtan. Cancer kan uppstå på olika ställen i bröstet. Oftast uppstår bröstcancer i de mjölkgångar som mynnar ut i bröstvärtan. Då kallas den duktal cancer. Om den börjar i bröstkörtlarna där modersmjölken bildas kallas den lobulär.

I sällsynta fall uppkommer cancer i bröstets bindväv som finns mellan bröstkörtlarna, och kallas då sarkom.

Olika stadier av bröstcancer

Bröstcancer brukar delas in i olika stadier. Den allra tidigaste formen syns bara med mammografi. En tidig form av bröstcancer kallas cancer in situ.

Senare, när canceren växt lite mera, kan man känna en knöl. När det fortfarande är en tidig cancer finns den bara i bröstvävnaden och har inte spridit sig till andra organ. Med behandling har man goda möjligheter att bli helt frisk.

Spridning via blod- och lymfkärl

Blod- och lymfkärl löper parallellt och finns som ett nätverk i hela kroppen. Lymfkärlen transporterar en vätska, lymfa, mellan lymfkörtlarna. Om canceren inte behandlas i tid kan den sprida sig till lymfkörtlarna, som bland annat finns i armhålan. Då behöver man mer behandling men har fortfarande goda chanser att botas helt.

Om cancerceller växer in i blodkärlen kan canceren sprida sig till andra delar av kroppen och bilda metastaser, som ibland också kallas dottertumörer. Metastaser kan finnas i till exempel skelettet, lungorna eller levern. Oftast sker det när tumören funnits i bröstet något eller några år, och när den har vuxit och blivit flera centimeter stor.

De flesta blir friska

Behandlingarna mot bröstcancer hjälper de flesta. Ungefär åttio procent av alla kvinnor i Sverige som behandlas för bröstcancer lever tio år senare.

Vad beror det på?

Östrogen har viktig roll

Det går aldrig att helt säkert säga varför en viss person fått cancer, även om det finns sådant som påverkar risken.

De kvinnliga könshormonerna, främst östrogen, spelar en viktig roll för hur bröstcancer bildas. Har man mer östrogen i kroppen än vad som är vanligt ökar risken för bröstcancer. Att få mens tidigt och komma in i klimakteriet sent innebär att östrogen påverkar kroppen extra länge.

Att under lång tid behandlas med hormoner mot klimakteriebesvär ökar risken för bröstcancer, men gör man det bara under en kortare tid är risken troligen mycket liten. Använder man p-piller under lång tid ökar också risken för bröstcancer något.

Att ha mycket bröstkörtelvävnad, så kallade täta bröst, ökar risken för bröstcancer. Varför det är så är inte känt. Det går inte att avgöra själv om man har täta bröst, utan det syns först vid en mammografiundersökning.

Undvika övervikt och alkohol

Både livsstil och ärftlighet kan inverka på risken att få bröstcancer. Risken ökar också ju äldre man blir. Många av riskfaktorerna kan man inte göra något åt, men annat kan man påverka.

Övervikt ökar risken för bröstcancer, särskilt den övervikt som kommer efter klimakteriet. Oavsett hur mycket man väger är det viktigt med fysisk aktivitet, som minskar risken.

Att dricka mycket alkohol ökar också risken.

Graviditet kan skydda mot bröstcancer

Graviditeter minskar risken för bröstcancer. Mest tycks risken minska vid en tidig första graviditet, före 25 års ålder. Risken minskar också med ökat antal graviditeter.

Amning minskar också risken för bröstcancer, men inte lika mycket som själva graviditeten. Graviditet och amning tycks få bröstkörtelcellerna att mogna på ett sätt som gör att de blir mer motståndskraftiga och inte så lätt omvandlas till cancerceller.

Bröstcancer kan vara ärftligt

Har man en nära anhörig som haft bröstcancer eller äggstockscancer, särskilt om de blev sjuka före 50 års ålder, kan det handla om ärftlig bröstcancer. Det gäller nära anhöriga på både mammas och pappas sida, till exempel mostrar eller fastrar.

Mellan fem och tio procent av all bröstcancer är ärftlig. Oftast går det inte att veta exakt hur den ärvs, men ibland finns det en ärftlig genförändring, en så kallad mutation, i någon av bröstcancer genererna.

Om flera släktingar har haft bröstcancer eller äggstockscancer kan man få en remiss av sin läkare till en särskild mottagning för utredning av ärftlig cancer. Sådana mottagningar finns på flera ställen i landet.

Där görs först en noggrann beskrivning av alla släktingar som haft cancer, framför allt bröst- eller äggstockscancer. Sedan undersöks vävnad från en sjuk släkting för att se om det finns en genförändring. I så fall kan man lämna ett blodprov som visar om man själv har samma genförändring.

För att det ska vara möjligt med gentestning måste den sjuka släktingen också gå med på att testas.

Läs mer: [Att leva med ärftlig risk för bröstcancer](#)

Tidig upptäckt av bröstcancer

Tidig upptäckt ger goda möjligheter att bli frisk

Om bröstcancer upptäcks tidigt är chansen stor att den botas helt. Om du går på [mammografiscreening](#) när du får en kallelse, kan en tidig bröstcancer upptäckas. Landstingen erbjuder alla kvinnor mellan 40 och 74 år möjlighet att genomgå mammografiscreening.

Screeningen gör att man i Sverige numera oftast får sin diagnos när tumören fortfarande är liten och inte har spridit sig i kroppen.

Självundersökning av bröstet



När man själv känner igenom bröstet regelbundet lär man sig hur de brukar kännas och kan lättare märka förändringar. Brösten är ofta lite knöliga och ojämna och många kan tydligt känna bröstkörtlarna. I samband med klimakteriet blir brösten mjukare eftersom bröstkörtlarna då tillbakabildas.

Innan klimakteriet kan dagen efter mensens sista dag vara en bra dag för självundersökning, eftersom brösten brukar vara mjuka och lätta att undersöka då.

Det är lättast att känna ojämnheter i duschen när brösten är intvålade. Lyft armen, känn igenom bröst och armhåla med raka fingrar och ett lätt tryck.

Undersök så här:



© Lotta Persson

- Se på bröstet i spegeln. Lyft armarna och titta på bröstets form, om huden är jämn, och om den har sin vanliga färg. Ser bröstvårtorna ut som vanligt och följer de med när man lyfter armarna?
- Ligg ner och känn. Lägg upp armen under huvudet så att bröstet och armhålan ligger fritt. Känn med den andra handen igenom bröstet och armhålan med raka fingrar och lätt tryck. Gör små cirklande rörelser i flera varv runt bröstet. Börja med bröstvårtan och flytta sedan ut fingrarna någon centimeter och känn varv efter varv. Avsluta i armhålan.

Tätare kontroller om man har ärftligt anlag

Om man har ett ärftligt anlag för bröstcancer, eller nära släktingar som har bröst- eller äggstockscancer, brukar man få gå på regelbundna kontroller på en bröstmottagning. Där undersöks bröstet och man får göra mammografi och ultraljud oftare än vid vanlig hälsokontroll.

Ibland görs en förebyggande operation

Om man har en ärftlig risk kan man få bröstet bortopererade i förebyggande syfte. Man kan också behöva operera bort äggstockarna av samma skäl.

Innan beslutet om operation tas görs en omfattande utredning då man får träffa både specialistläkare och en psykolog.

Symtom

Knöl i bröstet

Ofta upptäcks bröstcancer genom att man själv känner en knöl i bröstet eller armhålan. En knöl som orsakas av bröstcancer är vanligtvis hård, och den kan vara öm eller inte alls göra ont. Det går inte att avgöra med fingrarna om det är en ofarlig knöl eller en cancertumör.

Indragen bröstvårta

Förutom att man kan känna en knöl i bröstet kan en cancertumör också visa sig genom att bröstet förändrar utseende, till exempel så att huden eller bröstvårtan blir indragen. Det kan vara tecken på att en tumör ligger under huden.

Smärta från ett bestämt ställe

Det är ovanligt att smärta i bröstet är det första symtomet vid bröstcancer. Smärtan behöver skiljas från den typ av besvär som kommer och går under menscykeln. Veckan före mens kan bröstet kännas svullna, spända och ömma. Sådana regelbundna förändringar är vanliga och ofarliga och brukar finnas i båda bröstet. Är man osäker vad smärtan beror på bör man söka vård.

Sår och rodnad

Om man får ett sår som inte läker eller en rodnad i huden på bröstet utan att man skadat sig kan det också vara ett tecken på bröstcancer, även om det inte är så vanligt. Det gäller också om bröstet blir svullet och mycket ömt och det inte kommer i samband med amning. När man ammar brukar sådana besvär bero på mjölkstockning.

Vätska ur bröstvårtan

Bröstcancer kan man också upptäcka genom att vätska kommer ut ur bröstvårtan. Vätskan kan vara blodig, brunaktig eller genomskinligt vattnig. Men också det är ett ganska ovanligt symtom.

Söka vård

Viktigt att snabbt bli undersökt

Om man får symtom som kan bero på bröstcancer ska man alltid kontakta vården för att snabbt kunna bli undersökt. Man kan söka på en vårdcentral, en särskild bröstmottagning eller kirurgmottagningen på ett sjukhus. Man kan alltid ringa sjukvårdsrådgivningen för råd.

Undersökningar och utredningar

Mammografi

Många får sin bröstcancerdiagnos efter screening med bröst-röntgen, mammografi. Oavsett om man har upptäckt en knöl i bröstet själv eller om den visat sig vid mammografiscreeningen får man alltid gå igenom vissa steg i en fortsatt utredning.

En läkare känner igenom bröstet, och dessutom på lymfkörtlar i armhålan, vid nyckelbenen och på halsen. En fullständig mammografi görs av båda bröstet. Det innebär att fler röntgenbilder tas. Ibland får man även göra en ultraljudsundersökning av bröstet. Inga förberedelser behövs för dessa undersökningar.

Ultraljudsundersökning

Ultraljud är en strålningsfri undersökningsmetod som passar särskilt för dem som har mycket bröstkörtelvävnad, så kallat tät bröst, som kan göra det svårare för läkaren att tolka mammografibilden.

Cell- och vävnadsprover

Man kan också få lämna cellprov från den knöl som upptäckts. Den undersöks sedan i mikroskop. Med en så kallad punktion, då en tunn nål sticks genom huden, hämtar läkaren ut celler från knölen i bröstet. Ibland används, efter bedövning av huden, en grövre nål för att få ut ett lite större vävnadsprov. Det kan kännas bra att ha med en närstående som stöd vid undersökningen.

Knölen opereras bort

Om det trots cell- och vävnadsprov ändå inte går att göra en säker bedömning av knölen opereras den bort helt och hållet. Då brukar man få narkos, men man kan vanligtvis gå hem samma dag. Man brukar få besked om resultatet av undersökningen inom en vecka, ibland kan det ta längre tid.

Ytterligare undersökningar

När man fått diagnosen bröstcancer kan man ibland få genomgå mer omfattande undersökningar för att det ska avgöras om canceren har spridit sig. Det kan till exempel vara röntgen av lungorna, så kallad isotopundersökning av skelettet och datortomografi eller ultraljudsundersökning av levern.

Ny medicinsk bedömning

Om du har fått diagnosen bröstcancer och känner dig osäker på om du får den vård och behandling som är bäst för dig, kan du få en ny medicinsk bedömning, en så kallad second opinion. Då träffar du en annan läkare, oftast vid en annan specialistvårdsmottagning. Fråga din läkare om du vill veta mer om hur du kan få en ny medicinsk bedömning.

Att få ett sjukdomsbesked

Chocktillstånd i början

Att få beskedet att man har cancer kommer oftast som en chock. Bröstcancer utlöser för det mesta starka känslor och man behöver få gott om tid att tala med sin läkare och annan vårdpersonal för att få svar på alla sina frågor. Det kan vara bra att ha med en närstående vid sådana samtal. Den närstående kan hjälpa till att minnas vad som sades under samtalet, och kan vara ett bra känslomässigt stöd. Om man inte är svensktalande har man alltid rätt att få information på sitt eget språk.

Viktigt få ställa frågor

För många är det viktigare att vara väl förberedd än att påbörja en behandling alltför snabbt, innan man har hunnit tänka igenom alla beslut. För en del kan ett bra sätt att hantera sin oro vara att söka information om sjukdomen och ställa många frågor. Det är vanligt att man vill veta hur det är med överlevnad, olika behandlingar, vad spridning av cancer innebär, om sjukdomen kommer att leda till smärta, hur familjen och den egna livssituationen kommer att påverkas och hur det ska bli med sex och samliv.

Ofta innebär beskedet om sjukdomen och om den kommande behandlingen att tillvaron vänds upp och ner, inte bara för den som är sjuk utan också för många runt omkring. Man har många frågor, samtidigt som det kan gå tid mellan beskedet om cancer

och till dess att man får veta mer om behandlingen.

En kris att ta sig igenom

Det är individuellt hur djup en eventuell krisreaktion blir efter ett cancerbesked, och ibland kan man behöva professionell hjälp.

Man kan behöva träffa läkaren igen för att få sin diagnos repeterad, och då kan det också vara bra att ha med sig en närstående. Många behöver skaffa sig kunskap genom att läsa om cancer, prata med vänner och närstående och få möjlighet att visa och tala om sin oro och sorg.

För många brukar det kännas lättare när behandlingen väl har börjat och man vet vad som ska hända och har täta kontakter med vårdpersonalen. På många sjukhus finns särskilda bröstsjuksköterskor, som ibland kallas kontaktsjuksköterskor, och kuratorer som kan ge ytterligare stöd och även hjälpa till med olika praktiska saker.

Man kan också kontakta Cancerrådgivningen, Cancerfondens informations- och stödlinje (<http://www.cancerfonden.se/>) eller en patientförening för att få råd och stöd. Att komma i kontakt med andra som har bröstcancer, som man kan dela erfarenheter med, kan kännas värdefullt. Det finns lokala patientföreningar för bröstcancer över hela landet.

Läs mer: Första tiden efter beskedet

Behandling

Olika behandlingar kombineras

Det finns en rad olika behandlingar när man får bröstcancer: operation, strålbehandling, cytostatikabehandling och andra slags läkemedelsbehandlingar. Behandlingarna brukar kombineras för att bli så effektiva som möjligt.

All bröstcancerbehandling i Sverige följer det nationella vårdprogram och de nationella riktlinjer som finns, och som hela tiden uppdateras. Viktiga beslut om behandlingen tas vid multidisciplinära konferenser där flera specialister deltar, till exempel kirurg, cancerläkare och röntgenläkare. Där gör läkarna en individuell bedömning av vilken typ av behandling man ska få. Konferensen brukar upprepas efter att man har opererats.

Under behandlingstiden kan man bli tillfrågad om man vill delta i forskningsprojekt för att öka kunskapen om bröstcancer. Det är helt frivilligt, och väljer man att avstå påverkas inte behandlingen.

Behandlingen börjar oftast med operation

De flesta som får bröstcancer opereras. Inför operationen träffar man kirurgen och diskuterar om hela bröstet ska tas bort eller om det räcker med en mindre del. Det beror bland annat på vilken sorts bröstcancer det är och vad man själv vill.

Behandlingen börjar oftast med operation, men ibland inleds behandlingen med cytostatika. Fördelen med det är att läkarna kan testa vilken typ av cytostatika eller annan läkemedelsbehandling som har bäst effekt på tumören. Om tumören är stor och har vuxit snabbt börjar man alltid med cytostatika. Målet är då att minska tumörstorleken och på så sätt förbättra förutsättningarna för operationen. Under behandlingen med cytostatika undersöker läkaren regelbundet cancertumören för att följa resultatet.

Om hela bröstet tas bort kan man genomgå en bröstrekonstruktion. Det kan göras antingen i samband med canceroperationen eller senare. Man kan också få pröva ut en bröstprotes av silikon att ha i behån. Om bara en del av bröstet tagits bort och man tycker att storleken skiljer sig mellan bröstet kan man lägga en liten kudde av silikon i behån, en så kallad delprotes.

Armhålan opereras också

Vid de flesta bröstcanceroperationer opereras man också i armhålan för att se om canceren har spridit sig till lymfkörtlarna. Oftast undersöks först en lymfkörtel, den så kallade portvaktskörteln, under operationen. Portvaktskörteln heter på engelska "sentinel node", därför kallas denna undersökning ofta sentinel node-biopsi. Om det finns tecken på cancer i lymfkörtlarna tas ett tiotal bort på en gång. Det kallas axillarutrymning.

Nedsatt känsel i armhålan och lymfödem

Om man blivit opererad i armhålan med så kallad axillarutrymning kan nerver påverkas och därmed känseln. Det vanligaste är att man får nedsatt känsel på överarmens insida under en tid efter operationen. Ibland, men det är ovanligt, kan man få en ökad känslighet som ger obehag och smärta. De här symtomen är nästan alltid övergående. Man kan även känna en trötthet och tyngdkänsla i skuldran och armen under de första åren.

Ungefär en av tio kvinnor som opereras för bröstcancer får lymfödem, det vill säga en svullnad i armen på den opererade sidan. Det beror på att flödet av lymfa går mycket långsammare än tidigare.

Ofta kan man få hjälp med besvären av sjukgymnaster eller arbetsterapeuter som specialiserat sig på behandling av lymfödem.

Man kan själv lära sig en metod för att minska ödemet. Samtidigt bör man inte lyfta tungt eller överanstränga armen på annat sätt. Genom en sjukgymnast kan man också få en kompressionsstrumpa, som håller ner svullnaden i armen.

Hur väljs rätt läkemedelsbehandling?

Även om man har opererats kan det finnas cancerceller kvar i kroppen. Läkemedelsbehandling har till syfte att döda eller hämma de cancerceller som finns kvar, vilket minskar risken för återfall. När gruppen av specialistläkare ska föreslå om man ska få läkemedelsbehandling och i så fall vilken sort, spelar flera saker in:

- hur stor tumören är
- om canceren är spridd till lymfkörtlarna i armhålan
- hur och med vilken hastighet tumören växer
- hur känslig canceren är för hormonell behandling
- om tumören har en speciell tillväxtfaktor
- om man har andra sjukdomar eller mediciner som kan påverka hur man tål olika mediciner.

Cytostatika

Cytostatika kallas de läkemedel som hämmar bildningen av eller dödar cancerceller. Det är en vanlig behandling vid bröstcancer.

Cytostatika ges med upprepade behandlingar, så kallade kurer. Man får oftast cytotostatikabehandlingarna direkt i blodet genom dropp. Efter en kur brukar ett uppehåll på några veckor göras innan det är dags för en ny kur. Man brukar få behandlingar över en tid på cirka fyra månader.

En vanlig kombination av cytotostatika vid bröstcancer innehåller tre olika medel: cyklofosamid, epirubicin och fluorouracil. Kombinationen kallas FEC eller CEF i olika delar av landet efter första bokstäverna i namnen på de medel som ingår. Om risken för återfall är större brukar behandlingen kompletteras med en typ av cytotostatika som kallas idegranspreparat.

Biverkningar av cytotostatika

Man kan få olika biverkningar av cytotostatika. Många blir trötta på grund av blodbrist och får lättare infektioner. De cytotostatika som används när man har bröstcancer brukar leda till håravfall. Håret kommer tillbaka när behandlingen är avslutad, men under tiden kan man få en peruk. På sjukhuset brukar man få hjälp med det i god tid före behandlingen.

Illamående, minskad aptit och sköra slemhinnor är andra biverkningar. Alla dessa symtom kan mildras och under behandlingen har man tät kontakt med sjukhuset. Blodvärdena

kontrolleras också under behandlingen. Om man går igenom extra täta cytostatikakurer eller får extra höga doser kan man få ett läkemedel som stimulerar bildandet av vita blodkroppar.

Behandling som påverkar kroppens hormoner

Det är vanligt med behandling som riktar sig mot kroppens kvinnliga könshormon östrogen. Man får ett läkemedel i form av tabletter som blockerar effekten av det östrogen man har i kroppen, vilket förhindrar cancercellerna att växa och föröka sig. Ett annat sätt är att man får ett läkemedel som kallas aromatashämmare. Det hindrar att östrogen överhuvudtaget bildas i kroppen.

Om man är under 40 år får man ibland behandling med läkemedel som minskar äggstockarnas bildning av könshormoner.

Vanligtvis får man ta läkemedlen i fem år efter operationen, ibland i tio år. Behandlingen ger klimakterieliknande besvär även hos kvinnor som redan har gått igenom klimakteriet. Svetteningar och torra slemhinnor i underlivet är vanliga symtom på det. Smärtor i lederna är vanligt om man får så kallade aromatashämmare. Man bör tala med sin läkare om biverkningarna blir svåra, då kan man behöva byta medicin.

Tillväxtfaktor kan hämmas

Hur bröstcancertumörer utvecklas beror bland annat på vilka så kallade tillväxtfaktorer som de innehåller. Omkring var femte bröstcancer innehåller stora mängder av tillväxtfaktorn HER2, som stimulerar cancerens tillväxt. Det kan mätas i den tumör som opereras bort. Behandling med ett särskilt läkemedel, trastuzumab, kan göra att denna tillväxtfaktor hämmas. Man får alltid läkemedlet i kombination med cytostatika. Någon gång kan behandlingen ge påverkan på hjärtat, men det går att behandla och försvinner vanligtvis efter att medicineringen avslutats.

Strålbehandling hindrar tumören att återkomma

Bröstcancer är känslig för strålning. Strålbehandling efter operationen minskar risken för att cancertumören ska komma tillbaka i bröstet.

Strålbehandlingen skadar cellernas arvs massa, DNA, vilket kan leda till att tumörcellerna dör. Kroppens friska celler skadas samtidigt, men de har bättre förmåga än tumörcellerna att reparera skadorna mellan strålbehandlingarna. Man brukar få strålbehandling varje vardag under tre till sex veckor. Hur länge och hur stark strålning man får beror på tumörens egenskaper.

Om bröstcancer kommer tillbaka

Trots att man fått behandling kan bröstcancern komma tillbaka. Om den kommer tillbaka i det kvarvarande bröstet eller på bröstkorgsväggen kallas det för ett lokalt återfall. Då blir man oftast opererad igen och ibland får man behandling med cytostatika eller läkemedel som påverkar hormonerna.

Om cancer är spridd

Om bröstcancern sprids är det vanligast att det sker till lymfkörtlarna. Man kan också få metastaser i skelettet och lungorna.

Om man får ett återfall brukar läkaren ta ett cellprov från den nya tumören för att ta reda på om det är bröstcancern som kommit tillbaka och vilka egenskaper den nya tumören har. Man kan återigen få behandling med cytostatika eller mediciner som påverkar hormonerna. Strålbehandling kan ges exempelvis mot metastaser i hjärnan och ryggraden. Strålningen kan även lindra den smärta som kan uppkomma. I vissa fall kan man bli opererad på nytt.

Metastaser som upptäcks i andra delar av kroppen än bröstet minskar chanserna att man ska bli frisk, men det finns ändå goda möjligheter att sjukdomen kan bromsas upp. Det finns också bra sätt att lindra smärta och biverkningar. I många fall kan man leva ett gott liv i flera år, även om cancer finns kvar i kroppen.

Uppföljning

Kontroller med mammografi

Ett första återbesök görs alltid två till tre veckor efter operationen, för att kontrollera såret. Hur uppföljningen ser ut sedan varierar beroende på vilken slags tumör man hade och vilken typ av behandling man fått. Uppföljningarna organiseras på olika sätt i landstingen och regionerna. Ibland ansvarar en läkare på kirurg- eller onkologkliniken för återbesöken, ibland en bröstsjuksköterska.

De flesta brukar bli kallade till ett återbesök ett år efter avslutad behandling. Då kan man få hjälp mot eventuella biverkningar av behandlingen, till exempel svullnad i armen, så kallat lymfödem, eller hudbesvär efter strålning. Brösten undersöks även med mammografi. En läkare eller en särskild bröstsjuksköterska med specialkompetens känner igenom båda brösten och undersöker om det finns svullna lymfkörtlar i armhålorna eller på halsen.

Ibland fortsätter dessa läkarbesök under några år, men för de flesta räcker det att i fortsättningen undersökas med mammografi varje eller vartannat år. Om man är mellan 40 och 74 år räcker det att gå på de vanliga hälsokontrollerna med mammografi som alla kvinnor blir kallade till. Om man faller utanför åldersgrupperna får

man en särskild kallelse.

Kontakta vården om nya symtom kommer

Återfall i cancer upptäcks inte främst genom kontroller utan genom att man själv upptäcker nya symtom. Det viktigt att man kontaktar vården så fort man får besvär som man misstänker kan ha med bröstcancer att göra. Även mellan kontrollbesöken kan bröstsjuksköterskan svara på frågor i telefon eller snabbt ordna ett besök. Det gäller även om man får besvär från operationsområdet eller får andra biverkningar. Är det långt efter operationen, och man inte längre har kvar den kontakten, bör man ta kontakt med sin vårdcentral.

Om man har fått nya symtom kan ytterligare undersökningar behöva göras. Då kan man få genomgå andra röntgenundersökningar och även lämna blodprover. Men det finns ännu inte något specifikt blodprov som kan ge besked om man fått ett återfall i bröstcancer.

Mammografi även efter 74

Om man har haft bröstcancer behöver man fortsätta gå på mammografi även efter att man fyllt 74 år och de vanliga kontrollerna slutar. Läkare på vårdcentralen kan skriva en remiss.

Hur påverkas livet av bröstcancer?

Att påverka sin situation

När man får en bröstcancerdiagnos är det naturligt att man inte alltid kan eller orkar ta beslut om hur man själv aktivt ska kunna påverka sin hälsa. Man kan inte själv förbättra chanserna att bli frisk, men man kan påverka situationen i så positiv riktning som möjligt.

Om man får klart för sig hur behandlingen ska gå till blir det lättare att känna sig motiverad att följa den. Man kan till exempel ta hjälp av en patientförening, där andra som gått igenom samma behandling kan berätta vad den innebär.

Besvär en tid efter behandlingen

Efter behandling med cytostatika kan det ta en tid innan man har återhämtat sig. Man kan ha fortsatta besvär med sköra slemhinnor, ledvärk, nedsatt smak och allmän trötthet i flera månader efter avslutad behandling. Det tar också en tid innan håret har växt ut igen. Hur stora besvär man får är olika från person till person.

Om man har fått medicin mot hormonkänslig bröstcancer kan det

ge klimakterieliknande besvär. Eftersom man ska ta medicinen i flera år bör man tala med sin läkare om man har svåra biverkningar. Det finns goda möjligheter att lindra symtomen, vilket blir extra viktigt eftersom man ska ta medicinen under så pass lång tid.

Så kan man behålla orken

Om man försöker leva någorlunda hälsosamt orkar man bättre med de fysiska och psykiska påfrestningar som behandlingarna innebär. Det kan man göra genom att äta bra mat, vara måttlig med alkohol, undvika rökning, sova tillräckligt och motionerna på något sätt man trivs med och klarar av.

Om man behöver stöd efter behandlingen

Efter en tid anpassar sig de flesta till den nya situationen och kan lära sig leva med med risken för återfall. Om man känner oro och nedstämdhet långt efter behandlingen, trots att allt annat verkar bra, ska man kontakta sin läkare igen. Man kan få behandling mot nedstämdheten och olika former av stöd.

Läs mer: [Hjälp och stöd](#)

Knyta an till sitt nätverk igen

Det är också viktigt att försöka hämta sig psykiskt och knyta an till sina nätverk igen. Vissa vill kanske diskutera sjukdomen ofta med sina vänner, andra vill hålla detta till en trängre krets. Man måste få återhämta sig på det sätt som stämmer med vem man är som person. För många innebär sjukdomen och tiden av behandling att man stannar upp, omvärderar och förändrar många saker i sitt liv.

För den som arbetar kan sjukdomen innebära att man blir sjukskriven en längre tid, men många fortsätter att arbeta. Arbetsgivaren är skyldig att underlätta återgången till arbetet, som i en del fall behöver ske stegvis.

Bröstcancer och graviditet

Individuell bedömning

Det är mycket ovanligt att man får bröstcancer när man är gravid. Om det skulle ske gör läkaren en noggrann individuell bedömning och avgör i samråd med kvinnan, hennes partner eller andra närstående vilken behandling som kan bli aktuell med hänsyn både till hur allvarlig tumören är och riskerna för barnet.

Behandlingen styrs av när under graviditeten bröstcancer upptäcks. Efter den 16:e fosterveckan är risken mycket låg för att

fostret ska påverkas av behandlingen.

Graviditet efter bröstcancer

Kunskapen är begränsad om hur graviditet och amning kan påverka risken för återfall när man har haft bröstcancer. Enligt de forskningsresultat som finns verkar inte risken för återfall vara så hög om man blir gravid efter man haft bröstcancer.

En cytostatikabehandling ska vara avslutad innan man försöker bli gravid, men andra behandlingar går ibland att kombinera med en graviditet.

Man får oftast gå i specialistmödravård om man blir gravid efter att man har haft bröstcancer.

Rådgör med läkare

Eftersom kunskapen på detta område ännu är begränsad bör man rådgöra med sin läkare om man vill bli gravid när man har haft bröstcancer. Vissa behandlingar kan minska möjligheten att senare bli gravid, och en del kvinnor går in i klimakteriet efter behandling med cytostatika.

Redaktör:	Anna Dahllöv, 1177 Vårdguiden
Granskare:	Jonas Bergh, läkare, professor i onkologi, Karolinska institutet, Stockholm och Lisa Rydén, kirurg, Skånes universitetssjukhus, Lund
Illustratör:	Kari C Toverud, certifierad medicinsk illustratör, Oslo, Norge Lotta Persson, illustratör, Göteborg