



Brystkreftforeningen

MENN MED BRYSTKREFT

MENN MED BRYSTKREFT

Menn kan også få brystkreft

Brystkreft er en diagnose som ofte assosieres med kvinner, men menn har også brystvev hvor det kan utvikles kreftsvulster. Hvert år er det cirka 25-30 tilfeller av brystkreft hos menn i Norge.

Menn som får diagnosen kan oppleve det utfordrende å snakke om sykdommen med andre. Dette kan gi en følelse av ensomhet i en allerede krevende situasjon.

Ved å henvende deg til Brystkreftforeningen kan du komme i kontakt med andre menn som også har erfaring med brystkreft. Å snakke med andre med lignende erfaringer er til god hjelp for mange. Det kan bidra til både forståelse og mestring, og redusere følelsen av ensomhet. Brystkreftforeningens likepersoner har taushetsplikt.

Årsaker

Årsaken til brystkreft er som oftest ukjent, men kraftig overvekt, stort alkoholforbruk og ubalanse i forholdet mellom østrogen og androgene hormoner kan spille en rolle. Cirka ti prosent av brystkrefttilfellene hos menn antas å henge sammen med arv. Personer som tidligere har fått strålebehandling mot brystregionen har høyere risiko for å utvikle brystkreft.

Symptomer

En smertefri kul i brystet er ofte det eneste symptomet. Det er vanligst at kulen er nær sentrum av brystet, tett opp til brystvorten, men svulster kan også oppstå et stykke

unna brystvorten. Det er viktig at slike kuler ikke bagatelliseres som fettkul, muskelknote eller lignende uten nærmere undersøkelse.

For å fastslå om du har brystkreft gjennomføres en trippel-diagnostikk, med en manuell legeundersøkelse av brystet og området rundt, mammografi og eventuelt andre billedundersøkelser, samt vevsprøve.

Behandling

Brystkreft hos menn behandles på samme måte som brystkreft hos kvinner. Operasjon, strålebehandling, antihormonbehandling og cellegift kan være aktuelt og baseres på Individuelle vurderinger.

Behandlingsalternativene vurderes ut fra faktorer som svulstens størrelse, kreftcellenes egenskaper og om kreftcellene har spredd seg til nærliggende lymfeknuter, og alder og almentilstand har også betydning.

Etter behandling

Kreft- og kreftbehandling kan gi sammensatte seneffekter av ulik art. Kreftbehandling kan være en stor belastning og påvirke både fysisk og psykisk helse.

Mange kan ha plager i den første tiden etter avsluttet behandling. Det kan dreie seg om trøtthetsfølelse, konsentrasjons-/hukommelsesproblemer, endret seksuell helse, psykiske ettervirkninger, lymfødem og lokale plager.

Fatigue

Trøtthetsfølelse (fatigue) er et vanlig symptom ved kreftsykdom. Tilstanden beskrives som en vedvarende følelse av utmattelse, kraftløshet og mangel på energi som ikke bedres ved søvn og hvile. Følelsen av trøtthet kan opptre i alle faser av kreftsykdommen, og er en subjektiv erfaring, som også kan innbefatte en opplevelse av nedsatt hukommelse og konsentrasjonsvansker. Dersom du sover nok, spiser nok og sunn mat, og trener regelmessig, men likevel synes det er vanskelig å utføre daglige gjøremål, konsentrere deg og fungere som normalt, bør du ta kontakt med lege.

Lymfødem

Når lymfeknuter opereres bort, eller når det gis strålebehandling på områder hvor lymfeknuter er samlet, kan lymfødem oppstå. Lymfødem betyr at lymfedrenasjen er blokkert, som kan medføre kronisk hevelse i armen. Lymfødem etter kreftbehandling oppstår som oftest i løpet av de første 2-3 årene etter behandlingen.

Det finnes ingen helbredende behandling for denne tilstanden. Men mye kan oppnås ved behandling hos fysioterapeut, og med egenbehandling. Målet med behandlingen er å lindre ubehag og bedre livskvaliteten. Det er viktig å komme i gang med behandling tidlig, slik at man kan unngå forverring og forebygge komplikasjoner. Oppsøk lege hvis du merker forandringer i armen.

Psykososiale utfordringer

Å få en kreftdiagnose vekker sterke følelser hos de fleste, både fysisk og psykisk. Mange kreftpasienter opplever en livskrise når de får en kreftdiagnose, og en stor andel erfarer både fysiske og psykososiale seneffekter i lang tid etter avsluttet behandling. De vanligste psykososiale plagene er nedstemthet, bekymring og stressrelaterte symptomer.

For mange pasienter vil hjelp fra eget nettverk og oppfølging fra helsepersonell (på sykehuset) gi nok psykososial støtte til at pasienten opplever mestring og livskvalitet på tross av sykdom. En del kreftpasienter vil imidlertid oppleve behov for ytterligere helsehjelp.

Kommunale tilbud som kreftkoordinator, mestringskurs og Brystkreftforeningens likepersoner kan være gode lavterskeltilbud. Snakk med fastlegen din eller se på kommunen sin hjemmeside for å finne ut hvilke tjenester som finnes i din kommune.

Endret seksuell helse

Som mennesker har vi både en fysisk, psykisk og seksuell helse. Seksualiteten følger oss gjennom hele livet, og påvirkes av ulike faser og hendelser, eksempelvis sykdom. Studier og erfaring viser at alle typer kreft og kreftbehandling kan påvirke seksualfunksjonen, og ha innvirkning på selvbylde og samliv. Endringer knyttet til seksuell helse – og funksjon er en individuell og personlig opplevelse, som kan være utfordrende og sårbar, enten man lever alene eller i parforhold.

Vanlige utfordringer hos menn som behandles for brystkreft er endringer knyttet til seksuell lyst, ereksjon og hormonell ubalanse. Som mann kan du også oppleve redusert maskulinitet, endret rolle og identitet, som kan gi følelse av tap. Brystkreft blant menn er sjeldent og kan forsterke disse erfaringene.

[Du kan lese mer om kreft og seksualitet her](#)

BRYSTKREFTFORENINGEN

Hvert år får ca. 3500 kvinner og 30 menn diagnosen brystkreft i Norge.

Brystkreftforeningen jobber med å sikre at alle brystkreftberørte i Norge skal få en presis og rask diagnose, en individuelt tilpasset behandling og en god rehabiliteringsfase. Foreningen driver blant annet landsomfattende likepersonsarbeid, lokalforeninger og arrangerer nyttige kurs og samlinger. Brystkreftforeningen er assosiert medlem av Kreftforeningen og står sammen om Rosa sløyfe-aksjonen hver oktober.

Ønsker du å melde deg inn i Brystkreftforeningen eller har spørsmål om likepersonsarbeidet, se www.brystkreftforeningen.no. Våre likepersoner og tillitsvalgte i lokalforeningene tar også i mot nyinnmeldinger.

Ønsker du å støtte Brystkreftforeningens arbeid kan du benytte Vipps 98087 eller starte en innsamlingsaksjon på Facebook.

BRYSTKREFTFORENINGEN *Norwegian Breast Cancer Society*

Telefon: **+47 21 49 24 79**

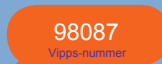
E-post: **post@brystkreftforeningen.no**

Besøksadresse: Kongens gate 6 | 0153 Oslo

Postadresse: P.b. 78 Sentrum | 0101 Oslo

Internett: **www.brystkreftforeningen.no**

Facebook: **www.facebook.com/brystkreft**



KREFTFORENINGEN