

Krebsvorsorge rettet Frauenleben

Krebs zählt zu den häufigsten Erkrankungen in Österreich und weltweit. Viele Krebsarten können jedoch frühzeitig erkannt und dadurch gut behandelt werden. Besonders für Frauen spielt die regelmäßige Vorsorge eine wichtige Rolle – etwa bei Brustkrebs oder Gebärmutterhalskrebs. Die gute Nachricht: Viele Vorsorgeuntersuchungen werden in Österreich von den Sozialversicherungsträgern übernommen.

Was „frau“ tun sollte

MAMMOGRAPHIE & BRUSTGESUNDHEIT

- ab 40: Mammographie alle 2 Jahre
- regelmäßig: Selbstuntersuchung der Brust

DARMKREBSVORSORGE

- ab 45: entweder
 - Koloskopie (alle 10 Jahre) oder
 - FIT-Stuhltest mind. alle 2 Jahre

GEBÄRMUTTERHALSKREBS-VORSORGE

- ab 20: jährlicher Krebsabstrich (PAP-Test)
- ab 30: HPV-Test alle 3 Jahre (für geimpfte und nicht-geimpfte Frauen!)
 - Krebsabstrich und HPV-Test sollen abwechselnd vorgenommen werden

HPV-IMPfung

- ab dem 9. Lebensjahr empfohlen

HAUTGESUNDHEIT

- Hautselbstbeobachtung: mindestens zweimal jährlich



Foto: AdobeStock_970401831_wutzkoh

Regelmäßige Kontrollen erhöhen die Heilungschancen und helfen, langfristig gesund zu bleiben.

Nutzen Sie die bestehenden Angebote und sprechen Sie offen mit Ihrem Arzt bzw. Ihrer Ärztin über individuelle Risiken.

Tipps für SIE

- ✓ **Kalender nutzen:** Erinnerungen einstellen, um Vorsorgetermine nicht zu verpassen.
- ✓ **Familiengeschichte kennen:** Informationen über Krebserkrankungen in der Familie helfen bei der Risikoeinschätzung.
- ✓ **Gesunder Lebensstil:** Regelmäßige Bewegung, ausgewogene Ernährung, gesundes Körpergewicht, Nichtrauchen, maßvoller Alkoholkonsum und Sonnenschutz senken das Krebsrisiko.