BAYER

Jenapharm
Eine Marke von Bayer.

Adjuvante endokrine Therapie

bei Brustkrebs



Informationsbroschüre
für Patientinnen

nach AGO-Empfehlungen **2026**



1. Warum eine adjuvante endokrine Therapie so wichtig ist

Wenn bei Ihnen Brustkrebs festgestellt wurde, der Hormonrezeptoren trägt (häufig als HR+ Brustkrebs bezeichnet), dann bedeutet das: Ihr Tumor „ernährt“ sich vom weiblichen Hormon Östrogen. Die adjuvante endokrine Therapie - oft auch als antihormonelle Therapie bezeichnet - blockiert diesen Effekt. Damit sinkt das Risiko deutlich, dass der Krebs zurückkehrt. Diese Therapie wird nach einer Operation, manchmal auch zusätzlich zu Chemotherapie und Bestrahlung, adjuvant (also unterstützend) eingesetzt. Sie dauert in der Regel fünf Jahre, manchmal auch bis zu zehn Jahre, wenn das Risiko für ein Wiederauftreten der Krebserkrankung höher ist.





Das Wichtigste für Sie:

Die adjuvante endokrine Therapie ist eine zentrale Säule der Behandlung bei hormonabhängigem Brustkrebs. Sie wirkt und schützt langfristig - auch wenn Sie den Effekt nicht direkt spüren.

2. Welche Medikamente eingesetzt werden

Es gibt verschiedene Medikamente, die alle dasselbe Ziel haben: den negativen Einfluss von Östrogen zu verringern oder ganz zu blockieren. Welches Medikament für Sie geeignet ist, hängt davon ab, ob Sie vor oder nach der Menopause (letzte Regelblutung) bzw. den Wechseljahren sind und wie Ihr persönliches Risiko eingeschätzt wird.

Tamoxifen blockiert die Wirkung von Östrogen an den Tumorzellen. Es wird vor allem bei Frauen vor den Wechseljahren eingesetzt, kann aber auch danach sinnvoll sein.

Aromatasehemmer (Anastrozol, Letrozol, Exemestan) verhindern, dass im Körper Östrogen gebildet wird. Sie sind Standard bei Frauen nach den Wechseljahren.

GnRH-Analoga (z. B. Goserelin) schalten die Funktion der Eierstöcke vorübergehend aus. Damit kann dort kein Östrogen mehr gebildet werden und der Körper wird künstlich in die Wechseljahre versetzt. Aromatasehemmer oder Tamoxifen, sind damit auch bei jüngeren Frauen wirksam, wenn ein erhöhtes Rückfallrisiko besteht.



Das Wichtigste für Sie:

Es gibt verschiedene Wege, den negativen Einfluss von Östrogen zu blockieren. Ihr Ärzteteam wählt das Medikament, das am besten zu Ihrer Lebenssituation und Ihrem Erkrankungsrisiko passt.

3. Mögliche Nebenwirkungen – und warum sie auftreten

Da die adjuvante endokrine Therapie in den Hormonhaushalt eingreift, können Beschwerden wie in den Wechseljahren auftreten. Diese Nebenwirkungen sind häufig und entstehen durch die gewünschte Wirkung der Therapie auf den Hormonhaushalt.

Tamoxifen kann Hitzewallungen, Schweißausbrüche und Schlafstörungen auslösen. In seltenen Fällen steigt das Risiko für Blutgerinnsel (Thrombosen) oder Veränderungen an der Gebärmutterschleimhaut.

Aromatasehemmer verursachen neben Wechseljahressymptomen wie Hitzewallungen etc. häufig Gelenk- und Muskelschmerzen. Außerdem kann die Knochendichte abnehmen, was zu Osteoporose und Knochenbrüchen führen kann.

GnRH-Analoga können durch den Hormonmangel ebenfalls zu Hitzewallungen, Schlafstörungen führen und erhöhen das Risiko für Osteoporose.



Das Wichtigste für Sie:

Die Nebenwirkungen sind unangenehm, aber meist gut behandelbar. Wichtig ist, dass Sie diese offen ansprechen - es gibt viele Möglichkeiten, Linderung zu schaffen, ohne die Therapie aufzugeben.

4. Vasomotorische Beschwerden (Hitzewallungen, Nachtschweiß)

Viele Frauen erleben unter der adjuvanten endokrinen Therapie ausgeprägte Hitzewallungen oder Nachtschweiß. Das ist belastend, kann den Schlaf stören und die Lebensqualität einschränken. Es ist wichtig zu wissen, dass Sie mit diesen Beschwerden nicht allein sind.

Es gibt mehrere Ansätze, diese Symptome zu lindern:

Nicht-medikamentös Entspannungsverfahren (Yoga, Meditation, Atemübungen), kognitive Verhaltenstherapie oder regelmäßige Bewegung können die Beschwerden deutlich lindern. Auch eine Gewichtsreduktion kann helfen.

Medikamentös Bestimmte Antidepressiva (z. B. Venlafaxin, Escitalopram, Sertralin), Medikamente gegen Nervenschmerzen (Gabapentin, Pregabalin), Blutdruckmittel wie Clonidin oder Oxybutynin können helfen. Wichtig: Manche Antidepressiva (wie auch Johanniskraut) vertragen sich nicht mit Tamoxifen, Ihr Ärzteteam prüft das genau.

Auch wenn zur Behandlung von vasomotorischen Symptomen bei Frauen mit Brustkrebs unterschiedliche nicht-hormonelle Therapieoptionen eingesetzt werden, wurden viele der bislang verwendeten Arzneimittel ursprünglich für andere Anwendungsgebiete entwickelt und besitzen für diese spezielle Anwendung keine Zulassung.

Mittlerweile gibt es auch hormonfreie neue Ansätze, die Hitzewallungen reduzieren und sich günstig auf den Schlaf und die Lebensqualität auswirken können. Mit Elinzanetant steht ein Arzneimittel aus der Gruppe der Neurokinin-Therapie (NKT) zur Verfügung, das für die Behandlung moderater bis schwerer vasomotorischer Symptome im Zusammenhang mit einer antihormonellen Therapie bei Brustkrebs zugelassen ist. Elinzanetant blockiert sogenannte Neurokininrezeptoren (Neurokinin-1- und Neurokinin-3-Rezeptoren) im thermoregulatorischen Zentrum, wo die Körpertemperatur reguliert wird. Dort verhindert es die überschießende Wärmeregulation, die durch den Östrogenmangel hervorgerufen wird und die Hitzewallungen auslöst. Fezolinetant gehört ebenfalls zu der Wirkstoffgruppe der NKT, ist jedoch nicht speziell für die Anwendung bei Brustkrebs zugelassen.



Das Wichtigste für Sie:

Hitzewallungen können die Lebensqualität stark beeinträchtigen. Neben bisherigen Therapieansätze steht nun auch eine neuere, für diese Indikation zugelassene Behandlungsoption zur Verfügung. Sprechen Sie Ihr Ärzteteam an, welche wirksame Therapiemöglichkeit für Sie geeignet ist.

5. Schutz für die Knochen

Vor allem Aromatasehemmer und GnRH-Analoga können die Knochen schwächen. Deshalb wird zu Beginn und im Verlauf der Therapie regelmäßig eine Knochendichtemessung empfohlen. Wenn ein erhöhtes Risiko besteht, können Medikamente wie Bisphosphonate oder Denosumab helfen, die Knochen zu schützen.



Das Wichtigste für Sie:

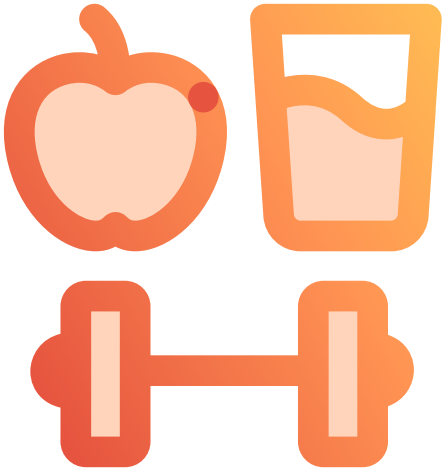
Knochengesundheit ist Teil der Krebstherapie. Regelmäßige Kontrollen und vorbeugende Maßnahmen können Osteoporose verhindern.

6. Was Sie selbst tun können

Erstens Brechen Sie die Therapie nicht eigenmächtig ab. Sprechen Sie über Ihre Beschwerden, oft kann ein Präparatewechsel oder eine unterstützende Behandlung helfen.

Zweitens Notieren Sie sich Nebenwirkungen und deren Häufigkeit, damit Sie diese beim Arztbesuch konkret schildern können.

Drittens Achten Sie auf Bewegung, gesunde Ernährung und ausreichend Schlaf. Das unterstützt nicht nur die Therapie, sondern auch Ihr allgemeines Wohlbefinden.



Das Wichtigste für Sie:

Sie haben viele Möglichkeiten, aktiv mitzuwirken. Ihre Erfahrungen sind wichtig für Ihr Ärzteteam, um die Therapie optimal auf Sie abzustimmen.

Zusammenfassung – Ihre wichtigsten Punkte

1. Die endokrine Therapie schützt Sie langfristig vor einem Rückfall.
2. Tamoxifen, Aromatasehemmer und GnRH-Analoga wirken unterschiedlich, haben aber alle das Ziel, den Einfluss von Östrogen zu blockieren.
3. Nebenwirkungen sind häufig, aber behandelbar. Sie sind damit nicht allein.
4. Hitzewallungen und Nachtschweiß können wirksam behandelt werden, auch ohne Hormone.
5. Knochengesundheit sollte regelmäßig überprüft und geschützt werden.
6. Offenheit gegenüber Ihrem Ärzteteam ist entscheidend - gemeinsam finden Sie Lösungen.



Quellen

https://www.ago2026.de/fileadmin/2026/AGO-Patienten/AGO-Ratgeber_Brustkrebs_2026.pdf, abgerufen: 24.07.2026

https://www.ago-online.de/fileadmin/ago-online/Empfehlungen_2026/Deutsch/AGO_2026D_25_Gynaekologische_Probleme_bei_MaCa-Pat.pdf, abgerufen: 26.05.202

“Cancer is only going to be a chapter in your life, not the whole story.

Krebs wird nur ein Kapitel in Ihrem Leben sein, nicht die ganze Geschichte.

Joe Wasser



- www.jenapharm.de/frauengesundheit/wechseljahre
- space.bayer.de/wechseljahre

Pharmazeutischer Unternehmer
Bayer Vital GmbH
Kaiser-Wilhelm-Allee 70
51373 Leverkusen

Jenapharm
Eine Marke von Bayer.



MA-M_ELZ-DE-0169-1

Du bist nicht allein. Auf unseren Kanälen findest du Antworten auf deine Fragen.

Wechseljahre sind kein Rätsel, nur oft schlecht erklärt.

Auf unserer Website bekommst du den Überblick: Fundiertes Wissen, praktische Tipps und vieles mehr. In unserer Community wird daraus dein Begleiter für den Alltag – mit neuen Impulsen, ehrlichem Austausch und einer Prise Humor.