

Initiative für Brustgesundheit Elmshorn

BRUSTKREBS

**FRÜHERKENNUNG
bis NACHSORGE**

**Wir tun laufend...
... was dafür!**

Programm Herbst 2020

**Eine Veranstaltungsreihe
des Frauennetzwerkes Elmshorn
der Gleichstellungsbeauftragten
der Stadt Elmshorn
der Regio Kliniken
des Flora Gesundheits-Zentrums
und der BARMER**



BRUSTKREBS - INFORMATIONEN

Gesundheitsvorsorge durch Brustkrebs-Früherkennung

Wir laden Sie herzlich ein, den Blick auf Fragen zur Gesundheit und Krankheit von Frauen zu erweitern.

Wie bereits seit fast zwei Jahrzehnten bietet das Frauennetzwerk Elmshorn im Verbund mit den Regio Kliniken, der BARMER und dem Flora Gesundheits-Zentrum auch im Herbst 2020 wieder eine Veranstaltungsreihe zum Thema Brustkrebs an. Wir haben erreicht, dass die Sensibilität für dieses Thema bei Frauen gestiegen ist.

Im Laufe der Jahre ist es uns gelungen, vor Ort Kooperationspartner*innen zu gewinnen und von unserem Ansatz der Früherkennung und Vorsorge zu überzeugen.

Ganz besonders freuen wir uns, dass der Lions Club Elmshorn Audita die Initiative für Brustgesundheit Elmshorn von diesem Jahr an verstärken wird und heißen seine Mitglieder ganz herzlich in unseren Reihen willkommen!

Die Anzahl von Frauen, die in Deutschland täglich an Brustkrebs sterben, hat sich wieder vermindert. Dies lässt hoffen, dass wir mit der Brustkrebs-Früherkennung auf dem richtigen Weg sind.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Mit freundlichen Grüßen
Initiative für Brustgesundheit Elmshorn

BRUSTKREBS - INFORMATIONEN



von links: Werner Siedenhans, BARMER | Dirk Kehrhahn, Flora-Gesundheitszentrum | Silke Pahl, Audita | Kirsten Kröning, Flora-Gesundheitszentrum | Jutta Orzegowski, Frauentreff | Heidi Basting, Stadt Elmshorn | Dr. Christian Wilke, Regio Kliniken

Alles für den guten Zweck: Lions Audita

Der Lions Club Elmshorn Audita unterstützt viele soziale Projekte vor Ort, das Geld für diese Projekte erwirtschaften die engagierten Damen mit vielen gemeinsam durchgeführten Aktionen.

Dieses Clubjahr stellt Präsidentin Silke Pahl unter das nachhaltige Motto:

„we serve..... kleine Dinge verändern die Welt“.

Die Unterstützung der Initiative für Brustgesundheit gehört auf alle Fälle dazu.



Brustkrebs-Informationen in Elmshorner Firmen und Institutionen

Dr. Christian Wilke, Leitender Arzt am Brustzentrum des Kreises Pinneberg bietet im Verbund mit dem Frauennetzwerk für Firmen, Institutionen und Verbände Inhouse-Veranstaltungen an.

Für die Beschäftigten ist dies ein Service, sich ohne viel Aufwand über Brustkrebs-Früherkennung zu informieren. In diesem Jahr nehmen die Stadtverwaltung Elmshorn und die berufliche Schule Elmshorn das Vortragsangebot an.

Andere Firmen, Institutionen und Verbände wie die Kreisverwaltung Pinneberg, die Landfrauen Nordende und Umgebung e.V., Peter Kölln, Dölinghareico, Volksbank Elmshorn, Stadtwerke Elmshorn, Interclub Kontakt, Vie Vitale/EMTV, Sparkasse Elmshorn, Audita/Lions Club, Einwandererbund, Agentur für Arbeit, Volkshochschule Elmshorn, Flora Gesundheits-Zentrum, Autoliv, die Stadtverwaltung, das Finanzamt Elmshorn sowie die Mitarbeiterinnen der Standorte der Regio-Kliniken Elmshorn, Wedel und Uetersen haben sich in den vergangenen Jahren beteiligt.



Kontakt bei Interesse:

Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Elmshorn
unter Telefon 0 4121 - 231 337
gleichstellungsbeauftragte@elmshorn.de

Tag	Angebot	Seite
21.09.	Gesundheits-Montag	6
24.09.	Türkçe bilgi etkinliđi (Infoveranstaltung auf Türkisch)	7
30.09.	Vortrag Prof. Dr. Beuth	8
06. 07.10.	Brustkrebs – Wie finde ich meinen eigenen Weg?	9
07.10.	Selbstuntersuchung der Brust	10
09.10.	Reha-Sport	12
22.10.	Anita Beratungstag	13
28.10.	Vortrag Psychoonkologie	14
ab 01.10.	Teddy Spenden-Aktion 2020	15

Wirkungsvolle Brustkrebsbehandlung durch Antihormontherapie

MO | 21. September 2020 | 18.30 Uhr

Flora Info-Treff | Schulstraße 46 - 50 |
25335 Elmshorn

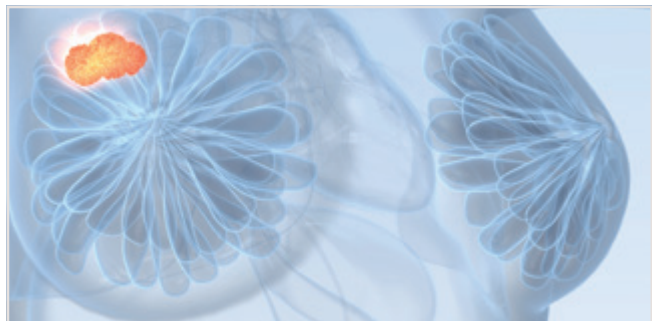
Eintritt: kostenlos

Funktionsweise und Einsatzspektrum einer Antihormontherapie in der Brustkrebsbehandlung Referent: Dr. Christian Wilke, Facharzt für Gynäkologie und Leitender Arzt am Brustzentrum des Kreises Pinneberg

Die meisten Tumore der weiblichen Brust weisen eine Hormonabhängigkeit auf, d.h. die Tumorzellen tragen Rezeptoren für die weiblichen Geschlechtshormone. Wird den Krebszellen im Rahmen einer Antihormontherapie - auch endokrine Therapie genannt - das benötigte Hormon entzogen, kann so das Wachstum der Krebszellen eingedämmt oder sogar gänzlich aufgehoben werden. Erfahren Sie, welche Methoden der Antihormontherapie es gibt und wann welche dieser Therapieformen infrage kommt.

Anmeldung erforderlich

Unter Telefon 0 4121 - 426 20 oder
k.kroening@flora-elmshorn.de



Göğüs Kanseri erken teşhisi

DO | 24. September 2019 | 19.00 Uhr
24 Eylül Perşembe günü saat | 19.00' da

Ort: Feldstraße 3 | 25335 Elmshorn
Yer: Feldstraße 3 | 25335 Elmshorn

Eintritt: kostenlos

Giriş: Ücretsiz

Göğüs Kanseri Hastalığı ne kadar erken teşhis edilirse, iyileşme şansı o kadar büyüktür. Elmshorn ve çevresinde yaşayan bayanlara türkçe dilinde yapılacak olan bu Konferans ile, hangi değişik tedavi imkanları olduğu, gündemde olan güncel tedavi yöntemleri anlatılacak ve genel olarak özetlenecektir. Konuşmacılar: Dr. Med. Mevlüt Doğar, Genel Hekim (Ev Doktoru) Dr. Med. Christian Wilke, Şef Doktor Pinneberg Kliniği Jinekoloji ve Göğüs Hastalıkları Merkezi.

Konferansa katılacağınızı 21 Eylül 2020 tarihine kadar 0 4121 - 640 10 60-68 telefon ederek bildirmenizi rica eder, teşekkürlerimizi sunarız.

Je früher die Diagnose Brustkrebs gestellt wird, desto größer ist die Chance der kompletten Heilung. Türkische Frauen in Elmshorn und Umgebung haben an dem Tag die Möglichkeit, sich über die verschiedenen Therapie- und modernen Behandlungsmöglichkeiten in ihrer Muttersprache zu informieren.

Wir würden uns über Ihre Teilnahme sehr freuen.

Anmeldungen erforderlich bis 21. September 2020

Wir sind von 9.00 - 17.30 Uhr unter der Telefonnummer 0 4121 - 640 10 60-68 erreichbar.

Vielen Dank.

Komplementärmedizinische Maßnahmen bei Krebs - was ist wissenschaftlich anerkannt?

MI | 30. September 2020 | 17.30 Uhr

Rathaus Elmshorn | Schulstraße 15 - 17 |
25335 Elmshorn | Kollegiumssaal

Eintritt: kostenlos

Referent: Prof. Dr. med. Josef Beuth (Direktor des Instituts zur wissenschaftlichen Evaluation naturheilkundlicher Verfahren an der Universität Köln)

Der Vortrag gibt Orientierung und Hilfestellung bei der Auswahl unbedenklichkeits- und wirksamkeitsgeprüfter naturheilkundlicher Verfahren zur Optimierung der Krebs-Standardtherapien. Diese reichen von der Ernährung über angepasstes Bewegungstraining bis hin zu alternativen Medikamenten, die im Institut des Referenten hinsichtlich ihrer Wirksamkeit und Unbedenklichkeit überprüft wurden. Neben Empfehlungen wissenschaftlich anerkannter Maßnahmen erfolgen auch Warnungen vor zweifelhaften bzw. Außen-seiterverfahren.

Die Veranstaltung ist sowohl für interessierte Patient*innen als auch für Ärzt*innen aus Klinik und Praxis konzipiert.

Anmeldungen erforderlich bis 22. September 2020

Mit Blick auf coronabedingte Hygieneregeln unter Telefon 0 4121 - 231 357 oder unter Email: gleichstellungsbeauftragte@elmshorn.de



Brustkrebs - wie finde ich meinen eigenen Weg?

DI/MI | 6./7. Oktober 2020 | 10.00 - 13.00 Uhr

Frauentreff Elmshorn | An der Bahn 1 |
25336 Elmshorn

Eintritt: kostenlos

Dieses Angebot richtet sich an Frauen, die an Brustkrebs erkrankt sind oder waren.

Angst und Schrecken strahlen in die Krankheit aus und entkräften.

Was kann mir in meiner Situation helfen?

Was bedeutet Heilung für mich?

Diese Fragen stellen Sie sich und suchen nach Ihren persönlichen Antworten. Sie entwickeln Ideen und Anregungen, die Sie innerlich stärken können.

Leitung: Pia Zannoni und Jutta Orzegowski

Anmeldung erforderlich

Unter info@frauentreff-elmshorn.de oder direkt im Frauentreff unter Telefon 0 4121 - 66 28



Brustkrebsfrüherkennung - Für ein entspanntes Leben -

Selbstuntersuchung der Brust

MI | 7. Oktober 2020 | 17.30 - 19.00 Uhr

BARMER Elmshorn | Schulstraße 10 - 12 |
25335 Elmshorn

Eintritt: kostenlos

Nehmen Sie sich Zeit für Ihre Gesundheit! Als Frau werden Sie häufig mit dem Thema Brustkrebs konfrontiert. Ob durch Berichte in den Medien oder beim Besuch des Frauenarztes. Wir möchten bei dem sensiblen Thema die Bedeutung der Früherkennung unterstreichen. Je eher Veränderungen, Verdickungen oder Knoten entdeckt werden, umso höher sind die Heilungschancen. Und die erfolgreichste Methode ist dabei die Selbstuntersuchung der Brust.

Über die Anleitung durch den Frauenarzt hinaus, die ab dem Alter von 30 Jahren im Rahmen der Krebsfrüherkennung erfolgt, möchten wir alle Frauen dabei gezielt unterstützen. Unter dem Motto „10 Minuten für meine Brust – das bin ich mir wert“ lädt Sie die BARMER Elmshorn zu diesem Seminar 2020 ein. Die Förderung und das Erlernen der Selbstuntersuchung der Brust erfolgt unter der Leitung und Anleitung von Frau Anke Borchardt, Fachärztin der Regio Kliniken.

Anhand von Tastmodellen erfahren Sie hier die einfache, preiswerte und jederzeit zugängliche Methode der Früherkennung. Zugleich ist die Selbstuntersuchung hoch wirksam: In 80 Prozent der Fälle werden tastbare Veränderungen der Brust nicht von Ärzten, sondern von Frauen selbst entdeckt. Aber nur, wenn Sie ihren Körper kennen, können Sie Veränderungen bemerken.

Nutzen Sie die Selbstuntersuchung als Teil Ihres persönlichen Vorsorgeprogramms. Die Teilnahme ist für alle interessierten Frauen kostenfrei.

Anmeldung erforderlich bis zum 01. Oktober 2020 an:
BARMER Elmshorn | Telefon 01 60 90 45 61 39
oder per E-Mail: elmshorn-vertrieb@barmer.de



Feel Good! Reha-Sport in der Brustkrebs-Nachsorge

FR | 09. Oktober 2020 | 16.30 – 17.30 Uhr

Vie Vitale im EMTV | Koppeldamm 1 |
25335 Elmshorn

Eintritt: kostenlos

In dieser exemplarischen Kursstunde lernen Sie das Angebot Reha-Sport in der Brustkrebs-Nachsorge kennen und können unverbindlich daran teilnehmen.

Reha-Sport in der Brustkrebsnachsorge steigert das allgemeine Wohlbefinden und die Lebensfreude, unterstützt die Therapieverträglichkeit, hilft Schonhaltungen und dadurch verminderten Gefäßabfluss zu vermeiden (beugt dem Lymphödem vor), steigert die allgemeine Leistungsfähigkeit und vermittelt den Spaß an der Bewegung in der Gruppe.

Bitte tragen Sie bequeme Sportkleidung und Sportschuhe. Bringen Sie ein Handtuch und gern etwas zu trinken mit.

Kursleitung: Bianca Dittmer

Anmeldung erforderlich

Im Vie Vitale – Telefon 0 4121 - 48 43 40



Anita Beratungstag für Dessous, Bademoden und Epithesen

DO | 22. Oktober 2020 | 10.00 – 17.00 Uhr

Sanitätshaus im Flora Gesundheits-Zentrum |
Schulstraße 50 | 25335 Elmshorn

Eintritt: kostenlos

Gut passende und funktionale Dessous und Bademoden, die zugleich auch modischen Schick haben, sind nach einer Brustoperation ganz besonders wichtig – nicht nur für die Gesundheit und den Tragekomfort, sondern auch für das Selbstbewusstsein und die Lebensqualität. Die Auswahl einer gut sitzenden Brust-Epithese trägt zusätzlich zum eigenen Wohlbefinden bei.

Das Unternehmen ANITA verfügt über jahrzehntelange Kompetenz in Sachen Figurausgleich und bietet moderne Brust-Epithesen, sowie darauf abgestimmte Spezial-BHs und attraktive Bademoden an.

Das Team vom Flora Sanitätshaus wird am Beratungstag von einer erfahrenen Anita-Mitarbeiterin unterstützt – das bedeutet, Sie können sich ganz individuell über die unterschiedlichen Produkte und Materialien informieren. Es besteht auch die Möglichkeit, verschiedene Modelle in aller Ruhe anzuprobieren. Nutzen Sie die Gelegenheit für eine ausführliche Beratung, aufgrund der aktuellen Situation bitten wir um vorherige Anmeldung. An dem Tag erwartet Sie im Sanitätshaus zudem eine kleine Überraschung, mit der das Team allen Besucherinnen eine Freude machen möchte!

Anmeldung erforderlich

Unter Telefon 0 4121 - 42 62 41 oder p.eicker@flora-elmshorn.de

Kraftquellen entdecken, Wünsche benennen und ein Kraft-Bild entstehen lassen

MI | 28. Oktober 2020 | 16.00 – 19.00 Uhr

Regio Klinikum Pinneberg | Fahltskamp 74 |
25421 Pinneberg | Konferenzraum 2. Stock

Eintritt: kostenlos

Immer wieder mal geht uns der Zugang zu dem verloren, was uns im Leben stärkt und nährt. Wünsche und Ziele, die unserem Leben einen Sinn und eine Richtung geben, kommen uns manchmal abhanden. Gerade in der Zeit einer Erkrankung ist es unterstützend, Klarheit und ein Bewusstsein für unsere Träume und Herzenswünsche zu erlangen.

Gemeinsam wollen wir uns mit Ihnen Ihren Kraftquellen, Wünschen und Zielen zuwenden. Aus dem Gefundenen wird dann für jede ein Kraft-Bild entstehen. Dieses kann Sie zu Hause stärken und stützen.

Bitte bringen Sie eine Schere mit. Wenn Sie mögen auch Zeitschriften, Bilder, Fotos, Texte, Stoffreste, etwas aus der Natur – alles, von dem Sie sich vorstellen können, es für Ihr Kraftbild zu nutzen. Sie werden jedoch auch ausreichend unterschiedliches Material vorfinden.

Seminarleiterinnen:

Kristin Löffler, Annette Spiegel, Brigitte Tiegs
Abteilung Psychoonkologie der Regio Kliniken

Anmeldung erforderlich bis 20. Oktober 2020

Bei Dipl. Psych. Brigitte Tiegs |
Telefon 0 4101 - 21 73 78 oder
brigitte.tiegs@sana.de

Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Frauen begrenzt.

Teddy Spenden-Aktion 2020

Diese Aktion bietet doppelte Freude: Sie tun mit dem Kauf eines niedlichen Teddys etwas Gutes und können ihn anschließend an einen lieben Menschen oder sich selbst verschenken.

Mit dieser schönen Spenden-Aktion beteiligt sich das Flora Gesundheits-Zentrum auch in diesem Jahr wieder am sogenannten „Brustkrebsmonat“ Oktober und bietet einen neuen Teddy an, mit dem die vorhandene Sammlung ergänzt werden kann. Der gesamte Erlös aus Ihren Spenden fließt an den Verein „Frauen helfen Frauen in Not e.V.“ / Frauentreff Elmshorn und wird zur Unterstützung für ein angeleitetes Gruppenangebot für Frauen, die an Krebs erkrankt sind, eingesetzt.

Die Teddys erhalten Sie ab **Oktober 2020** für 3,- Euro in Elmshorn im Flora Sanitätshaus in der Schulstraße 50 und in der Filiale im Regio Klinikum Elmshorn, bei der BARMER in der Schulstraße 10, sowie in der Cafeteria im Regio Klinikum Pinneberg.



BRUSTKREBS - FRÜHERKENNUNG

Organisatorinnen für das Frauennetzwerk

Elmshorn:

Heidi Basting | Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Elmshorn

Jutta Orzegowski | Frauentreff Elmshorn

In Kooperation mit:

Lions Club Audita, Elmshorn | Dirk Kehrhahn und Kirsten Kröning, Flora Gesundheits-Zentrum |

Dr. Christian Wilke, Klinik für Gynäkologie und zertifiziertes Brustzentrum im Regio Klinikum Pinneberg | Werner Siedenhans, BARMER Elmshorn



Gesundheits-Zentrum



Regio
Kliniken

BARMER



Kontakt:

Stadt Elmshorn, Büro der Gleichstellungsbeauftragten | Schulstraße 15 - 17 | 25335 Elmshorn

Telefon: 0 4121 - 231 337 oder 0 4121 - 231 357

E-Mail: gleichstellungsbeauftragte@elmshorn.de

Layout: Stadt Elmshorn | Petra Schmidt | Sabine Schon

Herstellung/Druck: Print-Office, Klein Nordende

Fotos: Holger Niemann | Angela Haase | Kirsten Kröning | AdobeStock