

Initiative für Brustgesundheit Elmshorn

BRUSTKREBS

**FRÜHERKENNUNG
bis NACHSORGE**

**Wir tun laufend...
... was dafür!**

Programm Herbst 2021

**Eine Veranstaltungsreihe
des Frauennetzwerkes Elmshorn
der Gleichstellungsbeauftragten
der Stadt Elmshorn
der Regio Kliniken
des Flora Gesundheits-Zentrums
des Lions Club Elmshorn Audita
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 dem Regio Klinikum Pinneberg, der BARMER und dem Flora Gesundheits-Zentrum auch im Herbst 2021 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 seit letztem Jahr verstärkt.



von links: Werner Siedenhans, BARMER | Dirk Kehrhahn, Flora Gesundheits-Zentrum | Silke Pahl, Audita | Kirsten Kröning, Flora Gesundheits-Zentrum | Jutta Orzegowski, (nicht im Bild: Anja Eibner), Frauen*beratung Elmshorn | Heidi Basting, Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Elmshorn | Dr. med. Christian Wilke, Regio Klinikum Pinneberg

BRUSTKREBS - INFORMATIONEN

Die Anzahl von Frauen, die in Deutschland täglich an Brustkrebs sterben, hat sich weiter 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

Alles für den guten Zweck: Lions Audita

Der Lions Club Elmshorn Audita ermöglicht vor Ort die Umsetzung unterschiedlicher sozialer Projekte. Die Spendengelder erwirtschaften die engagierten Damen über zahlreiche Aktionen, die sie gemeinsam planen, vorbereiten und in die Tat umsetzen.

Dieses Clubjahr stellt Präsidentin Anja Tewes unter das verbindende Motto

„Eine(r) für alle, alle für eine(n)“.

„Ganz im Sinne des Mottos unterstützen wir das Projekt der Initiative für Brustgesundheit mit den Mitteln, die uns zur Verfügung stehen: Gemeinsam tatkräftig aufklären und informieren, um zu sensibilisieren und zu ermutigen - von Frauen zu Frauen und auch Männern.“

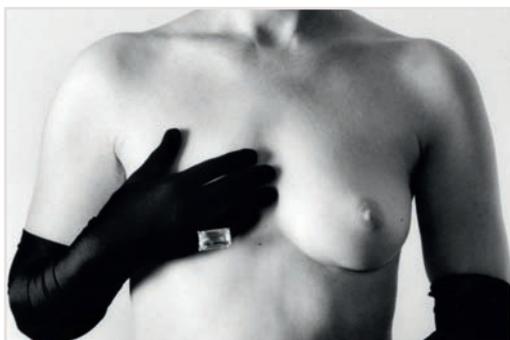
Dieses Projekt ist für den Lions Club Audita eine Herzensangelegenheit.



Brustkrebs-Informationen in Elmshorner Firmen und Institutionen

Dr. Christian Wilke, leitender Arzt für spezielle Brustdiagnostik im Brustkrebszentrum und Gynäkologischen Krebszentrum im Regio Klinikum 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 nimmt 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, Döllinghareico, 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- 231337
gleichstellungsbeauftragte@elmshorn.de

| Tag | Angebot | Seite |
|---------------|---|-------|
| 22.09. | Selbstuntersuchung der Brust | 6 |
| 27.09. | Gesundheits-Montag Brustkrebs und Knochengesundheit | 7 |
| 30.09./01.10. | Brustkrebs Wie finde ich meinen eigenen Weg? | 8 |
| 06.10. | Информационное мероприятие на русском языке (Info-Veranstaltung auf Russisch) | 9 |
| 07.10. | Podiumsdiskussion eQuaMaDi | 10 |
| 08.10. | Reha-Sport | 11 |
| 13.10. | Vortrag Plastische OP der Brust | 12 |
| 14.10. | Vortrag Psychoonkologie | 13 |
| 21.10. | Anita Modenschau | 14 |
| ab 01.10. | Teddy Spenden-Aktion 2021 | 15 |

BITTE BEACHTEN SIE:

Die Vorgaben zur Durchführung von Veranstaltungen aufgrund der Pandemie waren zum Zeitpunkt der Drucklegung noch nicht absehbar, daher können sich kurzfristige Änderungen ergeben.

Bitte beachten Sie eventuelle Ankündigungen kurz vor den jeweiligen Terminen und erkundigen Sie sich bei Ihrer Anmeldung über das Format der Veranstaltung, die Sie besuchen möchten. Die Mitglieder der Initiative für Brustgesundheit bedanken sich für Ihr Verständnis.

Selbstuntersuchung der Brust

MI | 22. September 2021 | 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.

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 unter Anleitung von Anke Borchardt, Fachärztin Regio Kliniken Pinneberg. Wir freuen uns auf Sie!
Machen Sie mit – Ihrer Gesundheit zuliebe!

Anmeldung erforderlich bis zum 17.09.2021

BARMER Elmshorn | Telefon: 0160 90 45 61 39
oder per E-Mail: martina.rickert@barmer.de.

Gesundheits-Montag – Brustkrebs und Knochengesundheit

MO | 27. September 2021 | 18.30 Uhr

Flora Info-Treff | Schulstraße 50 | 25335 Elmshorn

Eintritt: kostenlos

Heutzutage erhält jede Brustkrebs-Patientin neben der Operation auch eine Medikamentenbehandlung. Abhängig von den biologischen Markern des Tumors ist dies in den meisten Fällen eine Antihormontherapie. Eine solche entfaltet eine hervorragende Wirkung an den Tumorzellen, hat aber auch verschiedene Nebenwirkungen, so unter anderem an den Knochen.

In manchen Fällen greifen Tumorabsiedlungen auch direkt den Knochen an.

An diesem Abend soll das besondere Verhältnis zwischen Brustkrebs und Knochengesundheit beleuchtet werden.

Referenten: Dr. med. Christian Wilke, Ärztlicher Leiter QuaMaDi-Referenzzentrum und Leitender Arzt für spezielle Brustdiagnostik
Dr. med. Helge Körber, internistischer Rheumatologe und Osteologe (DVO)

Anmeldung erforderlich

Telefon 0 41 21 – 42 62 0 oder
k.kroening@flora-elmshorn.de



Brustkrebs - Wie finde ich meinen eigenen Weg?

**DO | 30. September 2021 | 15.00 - 18.00 Uhr und
FR | 01. Oktober 2021 | 10.00 - 13.00 Uhr**

Frauen*beratung Elmshorn | An der Bahn 1 |
25336 Elmshorn

Eintritt: kostenlos

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

Die Diagnose Brustkrebs verändert schlagartig das ganze Leben. Der erste Gedanke ist, möglichst schnell die beste medizinische Versorgung zu bekommen, um den Krebs schnell wieder loszuwerden.

In kürzester Zeit wird Frau* zur Expertin und jongliert mit Fachbegriffen. Oft tritt dabei die seelische Befindlichkeit in den Hintergrund.

In diesem zweitägigen Seminar befassen wir uns mit der eigenen seelischen Befindlichkeit, mit den Gefühlen, den Gedanken, unseren Kraftquellen und der Selbstfürsorge.

Anmeldung erforderlich

Telefonisch 0 4121-6628 oder unter
info@frauenberatung-elmshorn.de



Vortrag Brustkrebs auf Russisch Доклад Рак молочной железы на русском языке

**MI | 06. Oktober 2021 | 18.00 Uhr
Среда 06 октября 2021г. | 18:00 ч.**

Ort/Место: Feldstraße 3 | 25335 Elmshorn

Eintritt: kostenlos | Вход: бесплатно

Дорогие женщины,
приглашаем Вас принять участие в мероприятии!
Чем раньше будет поставлен диагноз рак молочной железы, тем больше шансов на полное выздоровление.

Женщины, разговаривающие на русском языке из Эльмсхорна и окрестностей, имеют возможность ознакомиться на своём родном языке с различными современными методами лечения.

Референты: врач-специалист по гинекологии и акушерству Dr. med. Tatjana Lindig, Hamburg

врач-специалист по гинекологии, главный врач Центра груди округа Пиннеберг Dr. med. Christian Wilke

Мы будем очень рады Вашему присутствию и просим Вас сообщить нам о Вашем участии по телефону 04121-6401060-68 до 30 сентября 2021г.

Заранее благодарим.

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

Referenten: Dr. med. Tatjana Lindig, Fachärztin für Frauenheilkunde und Geburtshilfe, Hamburg | Dr. med. Christian Wilke, Ärztlicher Leiter QuaMaDi-Referenzzentrum und Leitender Arzt für spezielle Brustdiagnostik

Anmeldung erforderlich bis 30. September 2021

Unter Telefon 0 4121-64 0106 0-68

Podiumsdiskussion mit Impulsvorträgen Schleswig-Holsteinische Brustkrebsdiagnostik belegt mit digitaler Plattform 1. Platz als exzellentes Beispiel ambulanter Versorgung

DO | 07. Oktober 2021 | 18.00 Uhr

Rathaus Elmshorn, Kollegiumssaal | Schulstraße 15-17
25335 Elmshorn

Eintritt: kostenlos

Nicht nur die fach- und sektorenübergreifende Konzeptionierung der qualitätsgesicherten Mammadiagnostik, sondern auch die neue interdisziplinäre elektronische Fallakte sind maßgeblich für den Erfolg von **eQuaMaDi** in Schleswig-Holstein verantwortlich. Innerhalb weniger Stunden/Tage liegen die vom Erstbefunder erstellten Mammographie-Aufnahmen in der digitalen Plattform Optemis zur Befundung bereit und können von allen am Diagnostikprozess beteiligten Ärzten in den nachfolgenden Befundungsstufen eingesehen werden.

Wie Diagnostik in einem digitalen 4-Augen Prinzip organisatorisch, fachlich und technisch funktioniert, erfahren Sie auf dem spannenden Impulsvortrag zu QuaMaDi.

Referent*innen: Ass. jur. Sandra Füllenbach, Leitung der Geschäftsstelle QuaMaDi und Fachreferentin
Dr. med. Christian Wilke, Facharzt für Gynäkologie und Leitender Arzt am Brustzentrum des Kreises Pinneberg

Podium: Heidi Basting, Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Elmshorn (Moderation) | Dr. Bernd Hillebrandt, Landesgeschäftsführer der BARMER Schleswig-Holstein, Kiel | Philipp Halbeck, Vertragsreferent Struktur und Verträge, Kassenärztliche Vereinigung Schleswig-Holstein

Anmeldung erforderlich bis 01. Oktober 2021

unter gleichstellungsbeauftragte@elmshorn.de
oder Telefon 0 4121 - 231357

Feel Good! Reha-Sport in der Brustkrebs-Nachsorge

FR | 08. Oktober 2021 | 17.00 – 18.00 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



Plastische Rekonstruktion der Brust nach Brustkrebs-OP

MI | 13. Oktober 2021 | 18.00 Uhr

Rathaus Elmshorn, Kollegiumssaal | Schulstraße 15-17
25335 Elmshorn

Eintritt: kostenlos

Wir laden Sie herzlich zu unserem Vortrag über die Brustaufbaumöglichkeiten in der Therapie des Mammakarzinoms ein. Heutzutage werden über 70 % der Mammakarzinom-Patientinnen brusterhaltend operiert.

Für Patientinnen, bei denen das brusterhaltende Vorgehen nicht möglich ist, kommen die unterschiedlichen Brustrekonstruktionsmöglichkeiten zum Einsatz. In unserem Zentrum werden sämtliche Brustrekonstruktionen angeboten.

Über die Möglichkeiten der sofortigen und sekundären Rekonstruktion mit eigenem Gewebe oder mit Brustimplantaten, Brustwarzenrekonstruktionen und Angleichungen der nicht operierten Brust, wollen wir Sie in unserem Vortrag informieren.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.

Referent:

Dr. med. P. Paluchowski
Chefarzt der Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe und Leiter des Brustkrebszentrums, Regio Kliniken

Anmeldung erforderlich bis 08. Oktober 2021

unter gleichstellungsbeauftragte@elmshorn.de
oder Telefon 0 4121 - 231357

Der Weg durch eine Erkrankung

DO | 14. Oktober 2021 | 18.00 - 19.30 Uhr

Rathaus Elmshorn, Kollegiumssaal | Schulstraße 15-17
25335 Elmshorn

Eintritt: kostenlos

Immer, wenn wir die Grenze von Gesundheit zu Krankheit überschreiten, betreten wir das Reich der Seele. Eine schwere Krankheit ist für den Menschen seelenerschütternd - sie kann auch seelenfördernd sein. Eine Krankheit ist eine schwere Prüfung für den Körper und für die Seele - und auch eine Zeit, in der Heilung erfahren werden kann, Heilung des Körpers oder der Seele oder beider.

Der Weg durch eine Krebserkrankung von der Diagnose über die Therapie bis zur Rückkehr in den Alltag gleicht einer Reise. Schon seit frühesten Zeiten haben Menschen in aller Welt Wege durch die Dunkelheit in Mythen dargestellt. Ein solcher Mythos ist der des Helden oder der Heldin.

Was kann uns der Heldinnenmythos heute lehren, wie können wir die uralte mythische Sprache für die Vertiefung unseres Wissens vom Umgang mit Krankheiten nutzen?

Referentin: Brigitte Tiegs, Dipl. Psychologin, Psychoonkologin

Anmeldung erforderlich

bei Dipl. Psych. B.Tiegs unter 0 4101-2173 78 oder per Mail: brigitte.tiegs@sana.de

Anita Modenschau für Dessous und Bademoden

DO | 21. Oktober 2021 | 15.00 – 17.00 Uhr

Flora Info-Treff | Schulstraße 50 | 25335 Elmshorn

Eintritt: kostenlos

In Kooperation mit dem Unternehmen ANITA findet im Flora Info-Treff eine Modenschau statt, bei der in angenehmer Atmosphäre die aktuellen Trendfarben und Highlights der Bademoden- und Miederkollektion präsentiert werden.

Das Unternehmen ANITA verfügt über jahrzehntelange Kompetenz in Sachen Figurausgleich und bietet ein umfassendes Sortiment an, das perfekt aufeinander abgestimmt ist.

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

Für das leibliche Wohl ist gesorgt – freuen Sie sich auf einen schönen und inspirierenden Nachmittag.

Anmeldung erforderlich

Im Sanitätshaus oder unter 0 4121/426222, die Plätze sind begrenzt.



Teddy Spenden-Aktion 2021

Mit dieser erfolgreichen Spenden-Aktion beteiligt sich das Flora Gesundheits-Zentrum auch in diesem Jahr wieder am sogenannten „Brustkrebsmonat“ Oktober.

Das Schöne daran: Sie tun mit dem Kauf eines niedlichen Teddys etwas Gutes und können ihn gleichzeitig an einen lieben Menschen oder sich selbst verschenken.

Der gesamte Erlös aus Ihren Spenden fließt an den Verein „Frauen helfen Frauen in Not e.V.“ / Frauen*beratung Elmshorn und wird zur Unterstützung für ein angeleitetes Gruppenangebot für Frauen, die an Krebs erkrankt sind, eingesetzt.

Die Teddys erhalten Sie ab **Oktober 2021** für 3,- Euro in Elmshorn im Flora Sanitätshaus in der Schulstraße 50 und in der Filiale im Regio Klinikum Elmshorn, bei der Barmer Krankenkasse 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

Anja Eibner, Frauen*beratung Elmshorn

In Kooperation mit:

Dirk Kehrhahn, Kirsten Kröning, Flora Gesundheits-Zentrum

Dr. med. Christian Wilke, Regio Kliniken

Werner Siedenhans, BARMER Elmshorn

Anja Tewes, Lions Club Audita Elmshorn



Gesundheits-Zentrum



Regio
Kliniken



Frauenberatung
Elmshorn

BARMER



LIONS CLUB ELMSHORN
Audita



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

| Vie Vitale | Anita | Pixabay