

Termine:

2x im Monat
 Jeweils Mittwoch ab 18:00 Uhr
 Genaue Termine auf Anfrage unter
 Telefon (02 81) 106 – 27 00

Kursdauer: ca. 90 Minuten

Ort: Physiotherapie im Erdgeschoss des Evangelischen Krankenhauses Wesel. Anfahrt siehe Rückseite.

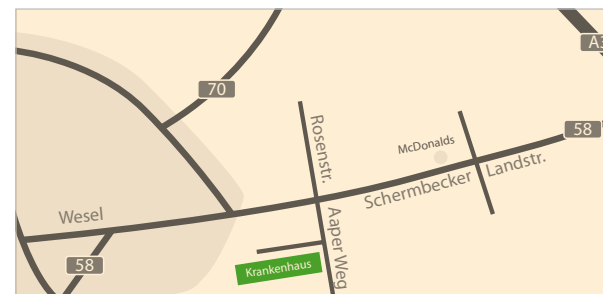
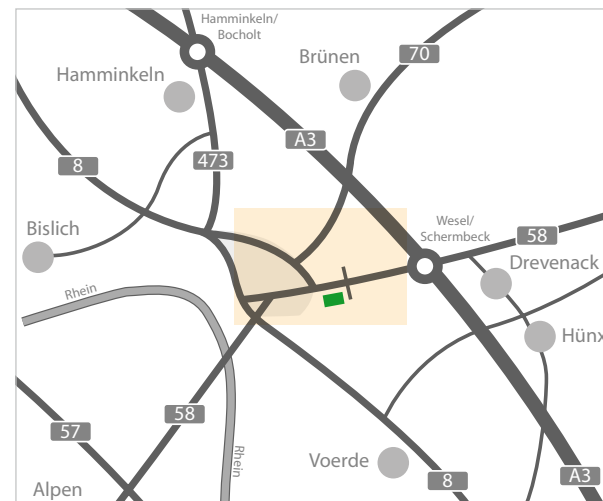
Kursgebühr: 20,00 Euro pro Teilnehmerin

Anmeldung unter o.g. Telefonnummer erforderlich.

Wir sind für Sie da!**Kontakt:**

Evangelisches Krankenhaus Wesel
 Abteilung für Gynäkologie und Senologie
 Dr. med. Susanne Findt, Chefärztin
 Kooperatives Brustzentrum Wesel

Schermbecker Landstr. 88 · 46485 Wesel
 Telefon (02 81) 106 – 27 00
 Telefax (02 81) 106 – 27 99
 eMail gynaekologie@evkwesel.de

Anfahrt:

Eine Anleitung für Frauen zur Selbstuntersuchung der Brust

Mamma-Care-Kurse

Abteilung für Gynäkologie und Senologie
 Kooperatives Brustzentrum Wesel

Mamma-Care-Kurse

Warum die Brustuntersuchung wichtig ist:

Brustkrebs ist heute die häufigste bösartige Erkrankung bei Frauen. In westlichen Ländern erkrankt derzeit jede 8. bis 10. Frau daran.

Studien und vor allem der klinische Alltag zeigen, dass ca. 80 – 90 % der betroffenen Frauen die Veränderung bzw. den Knoten in der Brust selbst entdecken.

Da jede Frau ihren Körper am besten kennt, wird auch sie es sein, die Veränderungen oder Empfindungsabweichungen viel früher entdecken kann als der Arzt bei den jährlichen oder halbjährlichen Untersuchungen.

Brustkrebs hat bessere Heilungschancen, wenn er früh erkannt und richtig behandelt wird.

Die Mamma-Care-Kurse

Viele Frauen werden durch eine Selbstuntersuchung der Brust verunsichert, da sie nicht genau wissen, was sie fühlen und worauf sie achten müssen. Die Mamma-Care-Kurse sollen eine Anleitung für Frauen zur Selbstuntersuchung der Brust sein. Sie geben Sicherheit und Vertrauen in das eigene „Fingerspitzengefühl“.

Die Mamma-Care-Methode:

Mamma-Care ist ein Lernsystem mit einem Silikonmodell, das dem echten Brustgewebe nachgebildet ist. Im Modell sind Knoten verschiedener Größe und Härte in unterschiedlicher Tiefe eingelassen.

In kleinen Gruppen von max. 4 Teilnehmerinnen lernen die Frauen anhand anatomischer Nachbildungen einer Brust, tastbare Befunde zu differenzieren, auffällige Veränderungen zu erkennen und damit eine größere Sicherheit bei der Selbstuntersuchung zu erlangen.

Die erlernte Tasttechnik wird nach dem Üben am Modell unmittelbar zur Untersuchung der eigenen Brust angewendet, um die Sicherheit zur Beurteilung der eigenen Brustdrüse zu erlangen. Die Leitung der Kurse erfolgt durch gut ausgebildete Mamma-Care-Spezialistinnen.

Die Beherrschung der Methode ersetzt nicht die regelmäßige Vorsorgeuntersuchung durch den Frauenarzt.

Beratungsthemen:

- Entstehung von Mamma-Care
- Sinn und Zweck von Brustselbstuntersuchung
- Kurze Einführung in die Anatomie der weiblichen Brust
- Prävention, Diagnostik und Therapie von Brustkrebs
- Grundsätze der Tasttechnik
- Was tun, wenn ein Knoten entdeckt wird?
- Praktische Tastübungen anhand eines Mamma-Care-Modells
- Untersuchung der eigenen Brüste, visuell und praktisch

