

Informationen für Patientinnen zur Brustselbstuntersuchung

Liebe Patientinnen,

Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen.

Wir möchten Ihr Bewusstsein für Brustkrebs wecken, Sie informieren, Ihnen Angst nehmen und die Früherkennung fördern.

Hierzu bieten wir Ihnen an unserem Krankenhaus **Informationsabende** und **Kurse** zur Brustselbstuntersuchung an.

An den **Infoabenden** erhalten Sie eine theoretische Einführung in die *MammaCare - Methode*. Sie können sich unverbindlich informieren. Der Infoabend ersetzt nicht einen Kursbesuch.

Im **Kurs** erlernen Sie in ca. 3 Stunden mit Hilfe einer zertifizierten Trainerin die Selbstuntersuchung nach der *MammaCare-Methode*.

Die *MammaCare-Methode* ist weltweit die einzige Methode bei der das gesamte Brustgewebe systematisch abgetastet wird. Die Methode wurde wissenschaftlich entwickelt, überprüft und anerkannt.

Sie erlernen mit der *MammaCare-Methode* anhand eines Silikonbrustmodells, normale und krankhafte Strukturen voneinander zu unterscheiden. Im Silikonmodell sind Knoten verschiedener Größe und Härte in unterschiedlichen Tiefen eingelassen. Sobald Ihre Finger diese Veränderungen ertasten, können Sie dieselbe Tastmethode an der eigenen Brust anwenden. Ihre Finger lernen durch das Abtasten der Brust das „Lesen“ Ihres eigenen Brustgewebes, um mit ihren persönlichen und charakteristischen Merkmalen vertraut zu werden. Die regelmäßige Brustselbstuntersuchung nach der *MammaCare-Methode* ermöglicht Ihnen frühzeitig Veränderungen zu erfühlen und zu erkennen.

Begeben Sie sich in erfahrene Hände – Ihre eigenen

Informationsabende 2007:

- 30. Januar 2007, 19 Uhr 30
- 06. März 2007, 19 Uhr 30
- 17. April 2007, 19 Uhr 30
- 26. Juni 2007, 19 Uhr 30
- 28. August 2007, 19 Uhr 30
- 30. Oktober 2007, 19 Uhr 30
- 04. Dezember 2007, 19 Uhr 30

in den Räumen der Elternschule Püttlingen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Selbstuntersuchungskurse finden nach Absprache in geschützter Atmosphäre in Kleingruppen (jeweils 2 Frauen) statt.

Bitte melden Sie sich telefonisch in der Elternschule Püttlingen unter 06898 – 55 2000. Auch für betroffene Frauen finden regelmäßig Kurse statt.

Ich freue mich auf Sie!

Petra Lang

Krankenschwester, *MammaCare* -Trainerin