

## Mut schöpfen

Mit dem diesjährigen Brustgesundheitsstag wollen wir deutlich machen: „Brustkrebs“ betrifft alle Frauen, nicht nur Betroffene. Der Tag soll nichtbetroffenen Frauen zeigen, welche Möglichkeiten sie haben, ihre Gesundheit zu erhalten und betroffene Frauen aufklären, welche Chancen die „Integrative Onkologie“ bietet und wie sie die belastenden Nebenwirkungen und Begleiterscheinungen wie Haarausfall und Lymphödem meistern können. Einige Ernährungstipps werden vorgestellt und können auch gleich probiert werden.

Die Diagnose „Brustkrebs“ bringt einschneidende Veränderungen mit sich, doch gerade hier gilt: nichts überstürzen. Nehmen Sie sich die Zeit, um Informationen einzuholen und ausführlich mit Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin zu sprechen. Programme und Hilfsangebote fangen Sie auf und begleiten Sie.

Der Brustgesundheitsstag soll Zugang zu neuesten Behandlungsmöglichkeiten verschaffen, soll sie darüber informieren, welche Chancen die Komplementärmedizin bietet und wie Sie mit Sport, Ernährung und Entspannung Ihre Selbstheilungskräfte aktivieren können.

Als Betroffene habe ich erfahren, dass diese Unterstützung nicht nur gut tut, sondern auch, dass sie hilft, sich mit der eigenen Krankheit auseinanderzusetzen. Es ist mittlerweile bekannt, dass ein gesundes Wohlfühlen, Sport und gesunde Ernährung die Selbstheilungskräfte aktivieren. Diese Eigenschaft des Körpers sollte nicht unterschätzt werden.

Machen Sie sich selbst ein Bild und kommen Sie zu unserem Brustgesundheitsstag.

Ich freue mich auf Ihr Kommen.

**Ihre Ursula Westermann**  
ehrenamtlich für  
mamazone e.V. Augsburg  
Leiterin mamazone-Regional Dorsten  
Tel. 02362 / 72832 oder  
0173 / 1728703



E-Mail: [mamazone-dorsten@mamazone.de](mailto:mamazone-dorsten@mamazone.de)

## Unsere Selbsthilfegruppen in Dorsten

### Sport in der Krebsnachsorge Stadtspartverband Dorsten e.V

Kontakt über:  
Helgard Sasonow Tel. 02362 61070  
und Gudrun Schmidt-Gahlen Tel. 02362 3810

### Selbsthilfegruppe für Frauen mit/nach Brustkrebs

Kontakt über:  
Renate Inhester-Heinbokel Tel. 02362 50826  
und Jutta Zentgraf-Teubner Tel. 02362 24869

### Gesprächskreis krebskranker Frauen

Kontakt über:  
Maria Risthaus Tel. 02362 24588  
und Paul-Gerhardt-Haus Tel. 02362 71161

### Offener Stammtisch für Brustkrebspatientinnen

Kontakt über:  
Conny Neumann Tel. 0157-86514525

### mamazone, Regionale Dorsten

Kontakt über:  
Ursula Westermann Tel. 02362 72832

Die Veranstaltung wird unterstützt durch:



Gestaltung und Druck



Veranstaltungsunterstützung



Veranstaltungsunterstützung



Veranstaltungsunterstützung



Veranstaltungsunterstützung



Spende



Spende



Spende



Veranstaltungsunterstützung

## Einladung



## 3. Dorstener Tag der Brustgesundheit

**Samstag, 7. März 2015**  
**10.00 - 17.00 Uhr**

**Ev. Gemeindezentrum**  
**an der Johanneskirche**  
**neben dem Jüdischen Museum**  
**Südwall 5 - Dorsten**

**Vorträge**

**Ausstellung**

**Expertengespräche**



**Gemeinsam**  
**gegen**  
**Brustkrebs**

## Programm

### 10.00 Uhr Begrüßung

Ursula Westermann  
mamazone Regionale Dorsten

### 10.15 Uhr Integrative Onkologie - Durchbruch auf dem Weg, Brustkrebs zu besiegen?

PD Dr. Sherko Kümmel  
Direktor der Klinik für  
Senologie,  
Interdisziplinäres Brustkrebs-  
zentrum, Kliniken Essen-Mitte  
Dr. med. Petra Voiß  
Oberärztin, Internistin, Ärztin  
für Naturheilverfahren  
Kliniken Essen Mitte, Evang.  
Huysens Stiftung/ Knapp-  
schaft GmbH, Klinik für  
Senologie/Brustzentrum



### 11.15 Uhr Pause

### 11.30 Uhr Der Hausarzt - Coach, Lotse und Seelentröster

Dr. med Heiner Buschmann  
niedergelassener Allgemein-  
mediziner seit 1983 in Übach-  
Palenberg,  
u.a Mitglied der senologischen  
Gesellschaft



### 12.15 Uhr Was gibt es Neues in der Behandlung des Mammakarzinoms?

Dr. Stefan Wilhelms  
Chefarzt Klinik für Frauenheil-  
kunde und Geburtshilfe -  
Brustzentrum - St. Elisabeth-  
krankenhaus, Dorsten,  
St. Sixtus-Hospital,  
Haltern am See



### 13.15 Uhr Pause

### 14.00 Uhr „discovering hands“ - der optimale Tastsinn blinder Frauen verbessert die Tastdiagnostik der Brust

Dr. Frank Hoffmann  
Gynäkologe - Praxis für  
Frauen - Duisburg-Walsum,  
konzipierte das Projekt  
„discovering hands“  
Während der Veranstaltung  
ist eine MTU (medizinische  
Tastuntersucherin) für die Be-  
antwortung von Fragen an-  
wesend.



### 15.00 Uhr Pause

### 15.30 Uhr Wiederherstellung des Lymphabflusses bei sekundärem Lymphödem nach Carcinomtherapie und Bestrahlung

Dr. med. H.-J. Wilmer aus  
dem Gefäßzentrum Münster



### 16.15 Uhr Kahler Kopf - Was nun? Tipps für haarlose Zeiten

Vera Rieswick  
Friseurmeisterin und  
Perückendesignerin, Dozentin  
im Cancer-Haircare Bereich,  
aus der Haarpraxis Rieswick,  
Haarmanufaktur in 5. Gene-  
ration



### 16.45 Uhr Verabschiedung

alle Termine sind ca. Termine

Im Anschluss an die einzelnen Vorträge ist Zeit für Ihre persönlichen Fragen an die Referenten und für Diskussionen.

Während der Pausen haben Sie die Möglichkeit, die Ausstellungsstände unserer Partner zu besuchen. Dort erhalten Sie weitere wertvolle Informationen.

Die Vorträge sind kostenfrei und können selbstverständlich einzeln und nach persönlichem Interesse besucht werden.

**Gemeinsam  
gegen  
Brustkrebs**

#### Zusatztipp:

Am 05. März 2015 beginnen die 30. **Dorstener Frauenkulturtag**e unter dem Motto „**Rückwärts betrachtet- vorwärts gelebt**“.

Informationen erteilt Vera Konieczka, Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Dorsten, Tel. 02362 / 663420.  
E-Mail: [gleichstellungsstelle@dorsten.de](mailto:gleichstellungsstelle@dorsten.de)