

Information und Anmeldung zum MammaCare®-Training

Das MammaCare®-Training findet in Kleingruppen von zwei bis maximal vier Frauen statt.

Melden Sie sich gerne zusammen mit Freundinnen oder Bekannten zu einem gemeinsamen Termin an.

Terminvereinbarung:

Frau Trautmann 030/7882-2236


Unkostenbeitrag: 20,- Euro

Reden Sie mit Ihrer Krankenkasse, eventuell werden die Kosten als Beitrag zur Früherkennung übernommen.

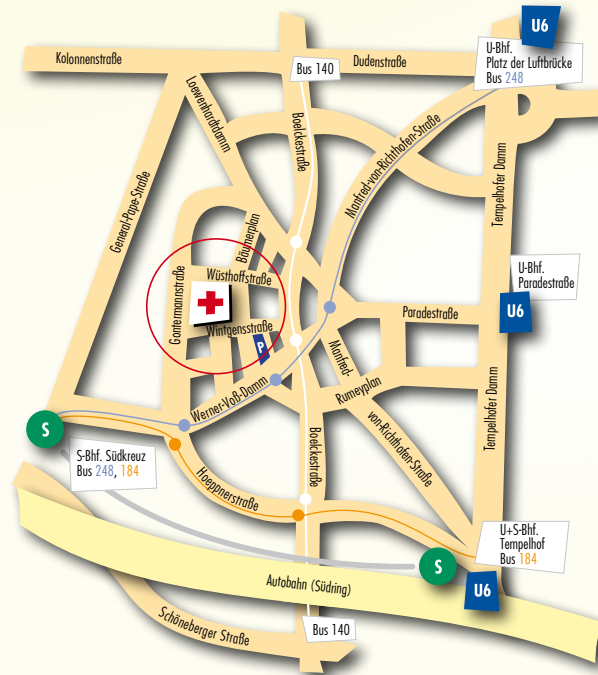


Ich freue mich auf Sie!

Dr. med. Gisa Buhrow
MammaCare®-
Trainerin

Freundlich unterstützt von:  **NOVARTIS**
ONCOLOGY
Wissen schafft Leben

So finden Sie das St. Joseph-Krankenhaus in Berlin-Tempelhof



... mit Bus, U- und S-Bahnen

Bitte beachten Sie ggf. aktuellere Streckenführungen bei Bussen und Bahnen.

- U-Bahn U6 ▶ Platz d. Luftbrücke (Bus 248)
Paradestraße
Tempelhof (Bus 184)
- Fern-/Regionalbahn ▶ Südkreuz (ehem. Papestraße)
S-Bahn S2/25/26 (Bus 248/184)
S41/42/45/46/47
- S41/42/45/46/47 ▶ Tempelhof (Bus 184)
- Bus 140 ▶ Loewenhardtdamm/
Boelckestraße
- Bus 248 ▶ Rumeyplan
- Bus 184/248 ▶ Contermannstraße
- Bus 248 ▶ Bäumerplan

Begleitdienst für Behinderte im Krankenhaus:

Bitte diesbezüglich an der Information melden
(Eingang Wüsthoffstraße 15)

www.studio-w.net 10/2007

Akademisches Lehrkrankenhaus

Klinik für
Gynäkologie und Geburtshilfe



Brust-
selbstuntersuchungs-
Training für Frauen

MammaCare®

Chefarzt

Dr. med. Michael Abou-Dakn

St. Joseph-Krankenhaus
Bäumerplan 24 · 12101 Berlin-Tempelhof
Eingang: Wüsthoffstraße 15
www.sjk.de · E-Mail: Frauenklinik@sjk.de

Nehmen Sie **Früherkennung** selbst in die Hand!

Brustkrebs ist heute die häufigste bösartige Erkrankung der Frau.

In Deutschland erkrankt jede 8. bis 10. Frau im Laufe ihres Lebens daran. Studien zeigen, dass 80–90% aller tastbaren Brusttumore zuerst von den betroffenen Frauen selbst bemerkt werden.

Die Prognose einer Brustkrebserkrankung hängt entscheidend von dem Stadium ab, in dem der Tumor entdeckt wurde und die Therapie beginnen kann. Dank moderner operativer und medikamentöser Therapieverfahren ist eine im Frühstadium entdeckte Erkrankung heute sogar oftmals heilbar.

Aus diesem Grund möchten wir alle Frauen zur aktiven Teilnahme an der Brustkrebs-Früherkennung ermutigen. Dazu gehört neben der regelmäßigen Untersuchung bei Ihrer Frauenärztin/Ihrem Frauenarzt eine monatliche Selbstuntersuchung.

Um sie dabei zu unterstützen bieten wir Ihnen ein individuelles Training zum Einstieg in die Tastuntersuchung an.

**Geben Sie sich in erfahrene
Hände – Ihre eigenen!**

Werden Sie zur **Expertin** Ihrer eigenen Brust ...

Wir möchten Ihnen den Einstieg in die Untersuchung Ihrer Brust erleichtern.

Aus unserer täglichen Arbeit wissen wir, dass viele Frauen durch die Selbstuntersuchung verunsichert werden, da sie nicht genau wissen, was sie fühlen und worauf sie achten müssen.

Haben Sie keine Angst – nach einigen Monaten Übung werden Sie Ihre Brust besser kennenlernen und neu auftretende Befunde von immer schon vorhandenen »Knoten« unterscheiden können.

Wenn Sie eine Veränderung Ihrer Brust bemerken, bedeutet dies nicht automatisch Bösartigkeit! Vier von fünf Tastbefunden sind gutartig. Stellen Sie sich bei Ihrer Frauenärztin/Ihrem Frauenarzt vor und Sie werden schnell klären können, um was es sich handelt.

Vertrauen Sie auf Ihren Tastsinn – Sie werden überrascht sein, wie schnell Sie Sicherheit in der Beurteilung Ihrer Brust empfinden.

... durch die wissenschaftlich anerkannte **MammaCare®-Methode**

Die **MammaCare®**-Methode ist eine von amerikanischen Verhaltensforschern entwickelte Anleitung zur Brustselbstuntersuchung.

Sie arbeitet mit einer Nachbildung der Brust in Form eines Silikonmodells. Hier sind Knoten eingearbeitet, die helfen sollen, tastbare Befunde zu differenzieren, auffällige Veränderungen zu erkennen und somit eine größere Sicherheit bei der Untersuchung der eigenen Brust zu erlangen.

Die erlernte Tasttechnik wird nach dem Üben am Modell unmittelbar zur Untersuchung der eigenen Brust angewendet.

Die MammaCare®-Methode ist weltweit die einzige systematische Form der klinischen Brustselbstuntersuchung, die wissenschaftlich entwickelt, überprüft und anerkannt wurde.



Zufallsbefund
ohne Selbstunter-
suchung



Nach 6-monatiger
Anwendung der
MammaCare®-
Methode getasteter
Knoten