



Pressemitteilung

Elmshorn, 17.10.2024

Aktionstag legt Fokus auf Brustgesundheit

Brustkrebs – diese Diagnose erhält rein statistisch jede achte Frau in Deutschland irgendwann in ihrem Leben. Auch Männer können daran erkranken. Um für das wichtige Thema zu sensibilisieren, hat die Initiative für Brustgesundheit Elmshorn am Mittwoch, 16. Oktober 2024, zusammen mit der Beruflichen Schule Elmshorn den Tag der Brustgesundheit im Schulgebäude organisiert. Mit dabei: ein begehbares Brustmodell, Fachmedizinerinnen und -mediziner, aber auch Expertinnen und Experten für Ernährung, Sport, Blutzucker, Körperanalysen, Achtsamkeit oder Spezialbekleidung.

„Brustkrebs ist die mit Abstand häufigste Krebserkrankung bei Frauen“, so Dr. Christian Wilke, Facharzt für Gynäkologie und Leitender Arzt für Brustdiagnostik am Regio Klinikum Pinneberg. Der Experte hielt am Aktionstag gleich mehrere Vorträge und machte deutlich: Je früher Brustkrebs erkannt wird, desto besser. „Die Erkrankung ist dann zu einem hohen Prozentsatz heilbar“, erklärte Wilke. Sein Team behandelt jedes Jahr mehr als 300 erkrankte Frauen am Regio Klinikum Pinneberg, erläutert Oberärztin Dr. Kerstin Ramaker aus der Gynäkologie und Geburtshilfe. Dabei können zum Beispiel die operative Entfernung, Bestrahlung und eine fünfjährige Therapie mit Tabletten zum Einsatz kommen.

Der Aktionstag nahm aber nicht nur die eigentliche Erkrankung in den Blick. Die Schülerinnen und Schüler sowie andere interessierte Besucherinnen und Besucher erfuhren auch mehr über Bekleidung für Frauen, denen eine Brust entfernt werden musste, konnten an Achtsamkeits-Workshops und Sportangeboten teilnehmen oder ihren Puls, Blutzucker und die Zusammensetzung ihres Körpers messen lassen. Außerdem bekamen sie Tipps, wie sie selbst ihre Brust nach Knötchen abtasten



können oder wie sie ihre Ernährung auf einer gesunden Basis gestalten. Kostenlose kleine gesunde Snacks durch die Schülerinnen und Schüler rundeten das Angebot ab.

„Es ist cool, dass es so einen Gesundheitstag gibt“, sagt Finja, die sich im zweiten Lehrjahr der Ausbildung zur Pflegeassistenz befindet. Zusammen mit ihrer Freundin Merle hat sie gerade an einem Achtsamkeitskurs teilgenommen. Was die beiden dabei gelernt haben? „Zum Beispiel, dass man bei Nackenschmerzen oder in Stresssituationen nicht immer gleich eine Tablette nehmen muss“, so die 17-Jährigen. Da können auch Atemtechniken weiterhelfen.

„Genau an diese jungen Menschen wollen und müssen wir ran“, ist Heidi Basting von der Initiative für Brustgesundheit und Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Elmshorn überzeugt. Sie zeigte sich begeistert vom großen Interesse der jungen Leute. „Vor zwei Jahren haben wir hier an der Beruflichen Schule Elmshorn schon einmal so einen Gesundheitstag veranstaltet – schon damals war ich beeindruckt, wie ernsthaft die jungen Leute mit dem Thema umgegangen sind“, so Basting.

Ermöglicht wurde der Tag der Brustgesundheit unter anderem durch das Engagement der Beruflichen Schule, der Regio Kliniken, des FLORA Gesundheitszentrums, der BARMER, des EMTV und Vie Vitale, der Frauen*beratung Elmshorn sowie des Lions Clubs Elmshorn Audita und Lions-Clubs Elmshorn. Sie haben auch eine ganze Veranstaltungsreihe zur Brustgesundheit organisiert, die noch bis Ende Oktober in Elmshorn läuft. Mehr dazu und zum Programm unter: www.elmshorn.de/brustgesundheit.

Übrigens: Voraussichtlich vom 25.11.2024 bis Mitte Mai 2025 macht das Mammobil in Elmshorn Station. Termine für das Mammographie-Screening können unter der Telefonnummer 04551/898900 vereinbart werden.



Bildunterschriften

Foto 1: Anhand eines begehbaren Brustmodells erläutert Oberärztin Dr. Kerstin Ramaker Interessierten den Aufbau der Brust. Sie rät Frauen unbedingt dazu, die Früherkennungsangebote wahrzunehmen.

Foto 2: Körperfettanteil, Flüssigkeitshaushalt, Muskelmasse, Body-Mass-Index, Grundumsatz in Kilokalorien – all das kann Daniel Meß von der BARMER mit einer 6.000 Euro teuren Spezialwaage messen und einordnen.

Foto 3: Den Blutzucker-Spiegel misst Stefan Bahr von der Beruflichen Schule. Er betont, dass neben dem Zuckerkonsum auch ungünstige Fette eine wichtige Rolle bei der Entstehung von Krankheiten wie Diabetes Typ 2 spielen.

Foto 4: Die neueste Modekollektion für Frauen mit einer Brust-Operation, Epithesen, und Massagehosen haben Kirsten Kröning (FLORA Sanitätshaus, v. l.), Regina Wegmann (Anita) und Petra Eicker (FLORA Sanitätshaus) dabei.

Fotos: Torben Hinz, Stadt Elmshorn

Kontaktperson
Frau Heidi Basting
Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Elmshorn
T +49 (0) 4121 / 231 – 337