

Weitere Informationen

Ansprechpartner

Annett Renker

Krankenschwester
speziell ausgebildete MammaCare-Trainerin
Breast care nurse (Brustkrankenschwester)

Kurse Brustselbstuntersuchung

montags ab 13.00 Uhr
jeden letzten Dienstag im Monat ab 16.00 Uhr
oder nach individueller Vereinbarung

Kosten & Dauer

Für die Brustselbstuntersuchung ist ein Kurs
von 1,5 Stunde ausreichend.
Die Kursgebühr beträgt 25,00 Euro.

*Einige Krankenkassen übernehmen die Kosten.
Fragen Sie danach!*

Anmeldung

Eine telefonische Voranmeldung ist unter
Telefon 03433 21-1847 erforderlich.

So erreichen Sie uns – Verkehrsanbindung



Sana Klinikum Brustzentrum
Borna



MammaCare®-Methode



Sana Kliniken Leipziger Land
Akademisches Lehrkrankenhaus
der Universität Leipzig
Brustzentrum Nord-Sachsen

Rudolf-Virchow-Straße 2, 04552 Borna
Telefon 03433 21-1401, Fax 03433 21-1404
www.kliniken-leipziger-land.de



Impressum
Herausgeber:
Sana Kliniken Leipziger Land
Rudolf-Virchow-Straße 2
04552 Borna
Design: Druckerei Baumgärtel,
Plauen
Titelbild: © Robin Kunz
Bild Innenseite:
© 9nong/shutterstock.com

Stand: März 2018

Die Brustselbstuntersuchung sollte jede Frau jeden Alters kennen. Ihre Finger müssen lernen zu fühlen, wie und wonach sie tasten. Die MammaCare-Methode zur Brustselbstuntersuchung können Sie zu Hause in persönlicher Atmosphäre lernen und immer wieder anwenden.

Viele Frauen kennen das Problem. Sie wissen, dass sie regelmäßig ihre Brust tasten sollten, tun es aber aus verschiedenen Gründen nicht:

Sie wissen nicht genau, was sie tasten sollen und wie dies richtig gemacht wird. Manchmal tastet eine Frau einen Knoten, der früher auch schon vorhanden war. Aber fühlte sich dieser Knoten so oder anders an? Vielleicht war es auch die andere Brust? Das Tasten verunsichert sie mehr, als dass sie Gewissheit über ihre Brüste bekommen.

Warum ist die Brustselbstuntersuchung wichtig?

Die Brustselbstuntersuchung ist für Sie eine erfolgreiche Methode zur Erkennung des Brustkrebses. Über 80 Prozent der Fälle von Brustkrebs werden durch Selbstuntersuchung entdeckt, obwohl nur 27 Prozent aller Frauen ihre Brust allmonatlich untersuchen.

Sie können durch regelmäßige Untersuchung Ihrer Brust einen Knoten, geringfügige Veränderungen oder Verdickungen entdecken. Bedenken Sie, dass die meisten Brustkrebserkrankungen deutlich erfolgreicher behandelt werden können, sofern man sie früh genug feststellt.

Die Methode

Die MammaCare-Methode der Brustselbstuntersuchung ist ein Lernsystem mit einem Silikonmodell, das dem echten Brustgewebe nachgebildet ist. Mit diesem Modell können Sie lernen, normale und krankhafte Strukturen in der Brust zu tasten und zu unterscheiden. Ihre Finger lernen durch Abtasten „das Lesen“ Ihres Brustgewebes, ähnlich dem Vorgang, durch den Blinde die Brailleschrift erkennen. Im Rahmen des Lehrgangs wird ein Silikonmodell verwendet, das der Brustbeschaffenheit entspricht, um Ihnen damit Vergleichsmöglichkeiten zu geben. Es sind Knoten verschiedener Größe und Härte in unterschiedlicher Tiefe eingelassen. Sobald Sie diese mit den Fingern finden, können Sie dieselbe Tastmethode an der eigenen Brust ausprobieren.

Was soll ich tasten?

Es liegt ganz allein an Ihnen, Ihre Brüste besser als jeder andere zu „kennen“. Mit dieser regelmäßigen Untersuchung haben Sie bessere Vergleichsmöglichkeiten als sie Ihr Arzt jemals haben kann. Sie kennen bald die Strukturen Ihrer Brüste und wissen, ob sie schon immer so waren oder ob sie sich verändert haben.

Was sollten Sie tun, wenn Sie einen Knoten oder sonst etwas Ungewöhnliches entdecken?

Denken Sie daran, dass die meisten Brustknoten gutartig, also keine Krebserkrankung sind! Sollten Sie etwas Außergewöhnliches, vom Normalfall Abweichendes in Ihrer Brust tasten, so merken Sie sich die Stelle und vereinbaren Sie einen Termin bei Ihrem Arzt.

Geben Sie sich in erfahrene Hände – Ihre eigenen!

