

MEDIENINFORMATION

Greifswald, 18. Mai 2018

Neuer Lebensmut nach einer Krebserkrankung

Nächster Seminarkurs für Tumorpatienten startet am 30. Mai

Eine Krebsdiagnose wirft die Betroffenen und ihre Familien aus der Bahn. Um die langen Schatten dieser schwerwiegenden Erkrankung wieder loszuwerden, ist oftmals eine intensive Betreuung erforderlich. Regelmäßig bieten extra geschulte Kräfte an der Universitätsmedizin dazu Gesprächsrunden an. Am Mittwoch, dem 30. Mai 2018, startet der nächste Seminarkurs für alle Menschen, die nach einer Krebserkrankung zurück ins Leben finden und dabei gern Hilfe in Anspruch nehmen möchten.

Alle Frauen und Männer sind - gern auch mit auch mit ihren Angehörigen oder Freunden - dazu recht herzlich willkommen. Die Teilnahme ist kostenfrei! Der sechswöchige Kurs findet in kleinen Gruppen immer mittwochs statt. Das Seminar wird von der AOK und der Frauenselbsthilfe nach Krebs, Landesverband M-V/S-H e.V. unterstützt.

Anmeldung für die Seminare zur Bewältigung einer Krebserkrankung ☎ 03834-86 53 63 oder E-Mail: piz@uni-greifswald.de (6 Termine ab dem 30. Mai - immer mittwochs von 14.00 bis 15:30 Uhr).

Angst vor der Zukunft und der Rückkehr der Krankheit, Dauermüdigkeit und Mattigkeit (Fatigue), depressive Phasen und fehlender Lebensmut - rund die Hälfte aller Tumorpatienten leiden trotz überstandener Krebserkrankung weiter. Auf den regelmäßigen Infoveranstaltungen erfahren die Teilnehmer mehr über den Erschöpfungszustand und sich selbst. Schwerpunkte sind die Hilfe zur Selbsthilfe, die individuelle Alltagsgestaltung, das Zeit- und Energiemanagement sowie gesunder Genuss und Schlaf und der Umgang mit den eigenen Gefühlswelten nach so einer schweren Erkrankung. Darüber hinaus gibt es die Möglichkeit, an kostenfreien Reha-Sportangeboten oder einem Entspannungskurs teilzunehmen.

***Foto UMG:** Wie geht das Leben nach einer Krebserkrankung weiter? Viele Menschen fallen in ein schwarzes Loch und brauchen professionelle Hilfe. Diese erhalten sie in den Seminaren an der Unimedizin Greifswald.*

***Anlage:** Flyer*

Ansprechpartner Universitätsmedizin Greifswald
Patienteninformationszentrum (PIZ)
Kontakt: Ute Stutz/Heike Hingst
Ferdinand-Sauerbruch-Straße 1, 17475 Greifswald
T +49 3834 86-53 63
E piz@uni-greifswald.de
www.medizin.uni-greifswald.de
www.medizin.uni-greifswald.de/de/patienten-besucher/piz
www.facebook.com/UnimedizinGreifswald
Twitter @UMGreifswald





„Ich bin schlapp
und kraftlos.“

„Ich finde die Worte nicht mehr –
ist das Konzentrationsschwäche?“

TUMORBEDINGTE FATIGUE – EIN VIELFÄLTIGES SYNDROM

Hier werden Ihnen Wissen über Ursachen sowie
Bewältigungsstrategien vermittelt

immer **mittwochs**

um **14:00 UHR**



Universitätsmedizin
GREIFSWALD



Patienten
Informations
Zentrum

SYMPTOME

Körperliche Müdigkeit

- Reduzierte Leistungsfähigkeit, vermehrtes Schlafbedürfnis ohne Erholungseffekt

Geistige Müdigkeit Konzentrationsstörungen

- Eingeschränkte Aufmerksamkeit

Emotionale Müdigkeit Antriebslosigkeit

- Hoffnungs- und Ratlosigkeit
- Niedergeschlagenheit

FATIGUE BEWÄLTIGEN

Finden Sie sich in diesen Symptomen wieder?

Wir bieten Ihnen an der Universitätsmedizin Greifswald die Möglichkeit, individuelle Wege zu finden, Ihre Fatigue zu bewältigen.

Vereinbaren Sie einen Termin zur individuellen Beratung oder nehmen Sie an unserem sechswöchigen Seminar in kleinen Gruppen teil.

Dieses bieten wir 2018 dreimal zu folgenden Zeiten an:

17.01.2018 - 21.02.2018

11.04.2018 - 16.05.2018

30.05.2018 - 04.07.2018

HIER FINDEN SIE UNTERSTÜTZUNG

Patienteninformationszentrum der
Universitätsmedizin Greifswald

Telefon: **03834 86-5363**

E-Mail: **piz@uni-greifswald.de**

Ansprechpartnerinnen:

Ute Stutz

Heike Hingst