

LEBEN?



2
18

Leben!

Das Magazin für Frauen nach der Diagnose Krebs

SCHÖN TROTZ
CHEMO

WECHSELJAHRES-
BESCHWERDEN
LINDERN

BRUSTKREBS-
ZENTRUM.DE

Ihr Exemplar
zum
Mitnehmen

Leben!

Brustkrebs-Special

- 4 Schön trotz Chemo

Aus Medizin und Forschung

- 7 Hormonumstellung in den Wechseljahren kann Krebs der Gebärmutter auslösen
- 9 Komplementärmedizin: Einsatzgebiete und Behandlungsmöglichkeiten
- 11 Rehabilitation für Körper und Geist – Rehakliniken machen Frauen fit für Alltag und Beruf
- 13 Neuigkeiten vom ASCO 2018
- 14 Expertinnen stehen Frauen zur Seite
- 15 Newsticker
 - Akupunktur gegen Schmerzen
 - Hautirritationen vermeiden

Nebenwirkungen und Folgeerkrankungen

- 16 Fruchtbarkeit erhalten trotz Chemotherapie?
- 17 Wechseljahresbeschwerden lindern
- 19 Ein ganz besonderer Tag – Wie ein Fotoshooting die Krankheit vergessen lässt
- 20 Lebensqualität nach Brustkrebs
- 21 Hilfsmittel erleichtern den Alltag
- 23 Strahlentherapie bei Brustkrebs schädigt nicht das Herz

Neues aus der Selbsthilfe

- 24 Zertifizierte Gynäkologische Krebszentren, eine gute Adresse bei einer seltenen Erkrankung wie dem Vulvakarzinom?
- 26 Nimm eine/n „Survivor“ in Deine Mitte! – Solidarität und Gemeinschaftsgeist in unseren Unternehmen?

- 27 Ein Herzensanliegen: Brustkrebspatientin näht Herzkissen für andere Betroffene
- 28 Wichtige Ansprechpartner

Leben mit Krebs

- 29 Sexuelleben nach Krebs
- 32 Lachen trotz Krebs
- 33 Krebs, das Leben davor, damit und danach?

Service

- 34 Fundierte Krebs-Ratgeber im Internet
- 34 *Leben? Leben!* mitgestalten
- 34 Weitere wichtige Adressen
- 35 Impressum/Wissenschaftlicher Beirat
- 36 *Leben? Leben!* kostenfrei bestellen für Ihre Arztpraxis, Klinik oder Selbsthilfegruppe
- 2 Glossar



S. 11

Rehabilitation für
Körper und Geist

Schön trotz Chemo

Eine Chemotherapie greift nicht nur die Krebszellen im Körper an, sondern ist für viele Patientinnen auch ein Angriff auf ihr Selbstbild. Wenn Haare ausfallen, Augenbrauen und Wimpern verschwinden, kostet der Blick in den Spiegel meist sehr viel Überwindung. Ohne die gewohnte Haarpracht, egal ob kurz oder lang, ob braun oder blond, wirkt das eigene Äußere verändert und fremd. Auch die Haut sieht anders aus als vor der Therapie. Sie ist häufig blasser und nicht mehr so schön wie vor der Erkrankung.

Diese Veränderung ist oft eine große Belastung. In einer Gesellschaft, in der das äußere Erscheinungsbild eine große Bedeutung hat, wiegt diese Veränderung umso schwerer.

Doch auch ohne eigene Haare, ohne Wimpern und Augenbrauen kann es gelingen, sich schön und weiblich zu fühlen. Der erste Schritt ist die Akzeptanz des eigenen Körpers. Die Erkrankung und die damit einhergehende Therapie bringen auch äußerliche Veränderungen mit sich. Um sich darauf vorzubereiten und dies zu bewältigen, können Gespräche mit einem Psychoonkologen helfen, das eigene Selbstvertrauen zu stärken und so die Nebenwirkungen der Chemotherapie besser zu akzeptieren. Gleiches gilt auch für den Austausch mit anderen Betroffenen in einer Selbsthilfegruppe.

Darüber hinaus gibt es viele kleine Tipps und Tricks, die Patientinnen den Gang in die Öffentlichkeit oder auch das Treffen mit Freunden erleichtern, weil die Krankheit nicht gleich für jeden sichtbar ist.

ZWEITHAARSPEZIALISTEN INFORMIEREN ÜBER PERÜCKE

Um nach dem Ausfall der Haare nicht mit einer Glatze vor die Tür gehen zu müssen, können Patientinnen sich bereits vor Beginn der Chemotherapie eine Perücke anfertigen lassen. Steht die Diagnose fest, können Frauen sich bei einem Zweithaarspezialisten eine zweite Haarpracht aussuchen. Die Spezialisten können Betroffene beraten,

welche Frisur und welche Haarqualität am besten geeignet sind – und wie die Perücke richtig zu pflegen ist.

Viele Frauen entscheiden sich für eine Perücke, die ihrer ursprünglichen Frisur gleicht. Doch es gibt auch Patientinnen, die Krankheit und Therapie als Chance zur Veränderung begreifen und sich ein Zweithaar aussuchen, das sich in Farbe und Schnitt deutlich von ihrer bisherigen Frisur unterscheidet. Egal, welche Perücke Frauen wählen, wichtig ist, sich frühzeitig darum zu kümmern, da während der Chemotherapie häufig die körperliche Kraft dafür fehlt, aber auch die Ruhe, sich mit dem Thema auseinanderzusetzen.

Die Kosten für eine Perücke werden häufig – zumindest teilweise – von der Krankenkasse übernommen. Deshalb empfiehlt es sich, nach einem ersten Besuch beim Zweithaarspezialisten die Kostenübernahme mit der Krankenkasse zu klären.

MÜTZEN UND TÜCHER

Eine unkomplizierte Möglichkeit, den kahlen Kopf zu bedecken, bieten Mützen, Tücher und Turbane. Sie gibt es in unterschiedlichen Farben und Formen und können eine Alternative zum Tragen einer Perücke sein. Viele Betroffene entscheiden sich je nach Anlass für eine Perücke oder eine dieser alternativen Kopfbedeckungen. Da es viele



Foto: iStock.com - FatCamera

Komplementär-onkologie: Einsatzgebiete und Behandlungsmöglichkeiten

Operation, Chemotherapie und Bestrahlung sind die drei wichtigsten Säulen bei der Behandlung einer Krebserkrankung. Welche Therapien im Einzelnen angewandt werden, hängt u. a. von Art und Schwere der Erkrankung ab. Leitlinien geben Behandlungsabläufe vor, deren Wirksamkeit durch langjährige Erfahrung und wissenschaftliche Forschung belegt ist.

Ergänzt werden im Rahmen der sog. integrativen Medizin komplementäre Behandlungsmethoden. Diese müssen klar von alternativen Methoden abgegrenzt werden.

KOMPLEMENTÄR UND ALTERNATIV KLAR UNTERSCHIEDEN

Die Begrifflichkeiten alternative Medizin bzw. komplementäre Medizin müssen klar getrennt werden. Als alternative Medizin werden i. d. R. Praktiken bezeichnet, die nicht evidenzbasiert sind, d. h. auf der Grundlage von empirisch nachgewiesener Wirksamkeit. Häufig sind alternative Methoden umstritten. Gerade bei alleiniger Anwendung können sie besonders bei Krebserkrankungen u. U. gefährlich sein. Sie werden anstatt (alternativ) einer Standardbehandlung durchgeführt.

Anders sieht dies bei komplementären Behandlungsmethoden aus. Komplementäre Methoden werden in Ergänzung zur konventionellen Schulmedizin eingesetzt. Sie können Symptome von Erkrankungen und Nebenwirkungen von schulmedizinischen Therapien lindern und die Lebensqualität verbessern.

Zu den komplementären Behandlungsmethoden gehören unterschiedliche Maßnahmen und Anwendungen, ange-

fangen bei der Ernährung, über die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln oder pflanzlichen Arzneimitteln, bis hin zu Entspannungstechniken und Bewegung. Erkrankte probieren häufig einiges aus. Sie möchten selbst aktiv werden, selbst alles Mögliche tun, um ihre Beschwerden zu lindern und ihre Heilung zu fördern.

Grundsätzlich können viele dieser Maßnahmen bedenkenlos angewandt werden, wenn betroffene Frauen einige wichtige Hinweise beachten. Gerade deshalb sollten Patientinnen die Anwendung und Einnahme, die sie als Ergänzung zur Standardtherapie anstreben, mit ihrem behandelnden Arzt besprechen.

ERNÄHRUNG

Eine gesunde und ausgewogene Ernährung mit ausreichend Vitaminen ist grundsätzlich immer wichtig, um den Körper ausreichend mit Energie zu versorgen. Krebspatientinnen sollten deshalb darauf achten, dass sie genügend Obst und Gemüse zu sich nehmen. Auch eiweißreiche Kost kann hilfreich sein, um einer Mangelernährung und einem damit einhergehenden ungewollten Abbau von Muskel- und Fettmasse entgegenzuwirken. Gerade während einer Chemotherapie kann das Essen schwerfallen, ausgelöst durch Übelkeit, Erbrechen und Appetitlosigkeit.



Foto: iStock.com
fcaofotodigital



Expertinnen stehen Frauen zur Seite

In einer Klinik kümmern sich viele Experten aus unterschiedlichen Fachrichtungen um Patientinnen. Nicht immer haben Ärzte ausreichend Zeit, um den an Krebs erkrankten Frauen zur Seite zu stehen. Genau hier nehmen die sog. Breast Care Nurses (BCN) und onkologische Fachkrankenschwestern eine ganz besondere Rolle ein.

Sie begleiten Frauen von der Diagnose bis zum Ende der Therapie über alle einzelnen Schritte hinweg und stehen ihnen jederzeit als Ansprechpartnerinnen zur Verfügung, bieten auf diese Weise vor allem emotionale Unterstützung, die andernfalls häufig zu kurz kommt. D. h. bereits dann, wenn Frauen die Diagnose vom behandelnden Arzt übermittelt wird, sind sie anwesend.

BREAST CARE NURSES (BCN)

Die BCN können helfen, die Nachricht zu verstehen, einzuordnen und damit auch Ängste zu lindern. Sie helfen anschließend dabei, alle Schritte der Therapie im Blick zu behalten und den Ablauf der Therapie zu erklären und zu organisieren. Sie besprechen mit den Betroffenen den kompletten Behandlungsplan und können so bereits zu Beginn der Therapie auftauchende Fragen beantworten. Auch während des Aufenthaltes in der Klinik besuchen sie Frauen auf ihrer Station, begleiten auch Krebspatientinnen in der Tagesklinik, etwa während einer Chemotherapie. Außerdem haben sie immer ein offenes Ohr für Fragen, die sich häufig um die mit der Krankheit verbundenen Ängste drehen.

Dank der engen Begleitung der Patientinnen durch die BCN können diese die Lebenssituationen der Betroffenen gut einschätzen, wissen auch, welche Unterstützung die Angehörigen vielleicht benötigen und wie sie der Erkrankten und ihren Familien falls nötig weitere Unterstützungsangebote vermitteln können.

ONKOLOGISCHE FACHKRANKENSCHWESTER

Darüber hinaus gibt es auch die sog. Onkologische Fachkrankenschwester, die die Versorgung von Krebspatientinnen auf einer onkologischen Station verbessern soll. Grundsätzlich ähneln ihre Aufgaben denen des Pflegepersonals. Sie verfügen aufgrund ihrer Weiterbildung über spezifisches Wissen in der Versorgung onkologischer Patientinnen. Dieses spezielle Wissen wird den Pflegekräften in ihrer Ausbildung meist nicht vermittelt. Da Krebspatientinnen aber häufig einen besonderen Pflegebedarf aufweisen, sind Fachkräfte für Betroffene eine Bereicherung. Sie wissen nicht nur um die Besonderheiten bei der Behandlung, sondern auch um die emotionalen Besonderheiten und haben deshalb immer ein offenes Ohr für Betroffene.

Darüber hinaus beraten sie Frauen und ihre Angehörigen und haben auch die Situation nach der Entlassung im Blick. Deshalb stehen sie Patientinnen z. B. bei der Suche nach Unterstützungsangeboten nach der Entlassung zur Seite, sie bieten aber auch Schulungen für den Umgang mit der Erkrankung an. Des Weiteren beobachten sie die Abläufe auf den Stationen und zeigen Ansätze auf, wie diese patientenfreundlicher gestaltet werden könnten. BCN und onkologische Fachkrankenschwestern verbessern insgesamt die Versorgung von Krebspatientinnen. Studien belegen, dass z. B. die Patientenzufriedenheit steigt, wenn Patientinnen von einer BCN begleitet werden. Ob sich ein auf die Krebserkrankten spezialisiertes Pflegepersonal in der Klinik befindet, sollten Betroffene vor der Klinikwahl direkt erfragen. •



Foto: iStock.com – Yuri_Arcurs

Zertifizierte Gynäkologische Krebszentren, eine gute Adresse bei einer seltenen Erkrankung wie dem Vulvakarzinom?



VulvaKarzinom-Selbsthilfegruppe e. V.

Kniprodestr. 94
26388 Wilhelmshaven

E-Mail: info@VulvaKarzinom-SHG.de
Internet: VulvaKarzinom-SHG.de

Ist man von einer seltenen Erkrankung betroffen, ist es nicht nur sinnvoll, sondern sicherlich von großem Vorteil, nach einem Arzt mit Erfahrung oder sogar starkem Engagement auf diesem speziellen Gebiet zu suchen. Nur, wie finde ich einen Spezialisten für eine Erkrankung? Kann ich mich bedenkenlos auf eine Zertifizierung verlassen?

Bei Zertifizierungen ist natürlich zu fragen, wer wen in welchem Kontext zertifiziert. Grundsätzlich sind Vorgänge wie Fortbildung, Dokumentation, patientinnenorientiertes Gespräch, interdisziplinäre Versorgung Grundlagen von guter Versorgung. Aber wie sieht dies speziell aus?

Gemäß den Vorgaben des nationalen Krebsplans wird zwischen „Organkrebszentren“ (diese behandeln die häufigen Krebserkrankungen wie z. B. Brustkrebs) und „Onkologischen Zentren“ unterschieden, die eine zusätzliche Spezialisierung auf seltenere Tumorerkrankungen (z. B. Blutkrebs) haben sollen. Zu Letzteren gehören auch die „Gynäkologischen Krebszentren“ – dies ist auf jeden Fall ein Schritt in die richtige Richtung hin zur Spezialisierung.

Kliniken, die sich als „Gynäkologische Zentren“ zertifizieren lassen wollen, müssen laut Erhebungsbogen von OnkoZert einige Bedingungen erfüllen, die eine gute und umfassende Behandlung/Betreuung von Patientinnen sicherstellen sollen. Dazu gehören beispielsweise ein Netzwerk von Fachärzten, regelmäßige Besuche von Fortbildungsveranstaltungen, Tumorkonferenzen mit allen beteiligten Medizinern, Zugang zu psychoonkologi-

scher sowie sozialrechtlicher Versorgung und nicht zuletzt auch Kooperationen mit Selbsthilfeorganisationen.



Foto: iStock.com - FatCamera

Eine durchaus positive Entwicklung in Sachen Patientenversorgung. Aber genügen diese Aspekte beim Vulvakarzinom?

Die Zentren werden i. d. R. als Top-Adresse für eine gute Therapie präsentiert und beworben. Leider fehlen belastbare Belege für diese Aussage bei VIN- und Vulvakarzinom-Patientinnen. Wenn man die geforderten Strukturen mit einem Netz vergleicht, müssen wir ganz klar sagen, dass die Maschen dieses Netzes für unsere Erkrankung immer noch viel zu groß sind, denn derzeit gibt es beim Zertifizierungsprozess keine hinreichenden Qualitätsindikatoren, deren Blickwinkel speziell auf unsere Erkrankung ausgerichtet sind. Und leider spiegelt sich das in Therapieergebnissen wider, bei denen es für Patientinnen inakzeptable Qualitätsunterschiede gibt.

Daher können wir als Patientinnenvertretung nicht dazu raten, blind auf die Zertifizierung zu vertrauen. Gerade beim Vulvakarzinom ist nach unserem Ermessen eine spezielle Qualifikation und die persönliche Erfahrung des Operateurs und seines Teams bezüglich der aktuellen operativen Techniken besonders wichtig. Leider ist eine solche Qualifikation aber bisher nicht Gegenstand des Zertifizierungsprozesses geworden.

Lachen trotz Krebs

Antje Bach baut mit erkrankten Frauen ein „Haus der Freude“

Als junge Frau begleitet Antje Bach ihre Mutter durch eine schwere Krebserkrankung. Sie hat für sich gelernt: Auch die Schattenseiten des Lebens sind wertvoll. Heute unterstützt sie an Krebs erkrankte Frauen.

„Am schlimmsten war für mich Weihnachten“, sagte mir eine gute Freundin Anfang des Jahres. Ihre Tochter ist an Krebs erkrankt, musste eine Chemotherapie und Bestrahlung durchstehen. An Weihnachten saß die Familie unterm Baum und fragte sich: Was war dieses Jahr schön? Ihnen fiel nichts ein.

Meine Freundin und ihre Familie sind damit nur ein Beispiel dafür, wie Krebs mit den Emotionen spielt. Angst, Panik, Zweifel und Wut – sie alle sind uns bekannt, brechen jedoch zusammen mit der Diagnose Krebs in ungeahnter Wucht und bis dahin unbekannter Intensität über die betroffenen Menschen herein.

Denn die Erkrankung bewirkt eine nie da gewesene Fokussierung der Aufmerksamkeit: Das Leben steht mit einem Mal unter dem Brennglas Krebs. Anderes hat keinen Platz mehr – weder im Leben der Patientin, noch in dem ihrer Angehörigen. Wenn Frauen sich in dieser Situation wiederfinden, kann ich ihnen nur wärmstens empfehlen: Lachen Sie!

MÖBEL IM KOPF

Ich weiß, das erscheint makaber, geradezu zynisch. Lachen mit Krebs? Das darf man nicht. Und wie soll das überhaupt gehen? Nun, ich meine, es geht einwandfrei. Denn Frauen mit Krebs haben vielleicht eine Krankheit – aber ihre Seele ist doch noch gesund. Sie leben trotz allem noch. Und zum Leben gehört Freude und ja, eben auch das Lachen.

Mit betroffenen Frauen werde ich deshalb aktiv. Sie bauen ihr eigenes „Haus der Freude“, in dem sie ihr Lachen wiederfinden können. Dieses Lebenshaus braucht keinen einzigen Ziegelstein und keinen Tropfen Zement. Es entsteht in ihnen. Richten wir es ein ...



Foto: André Bakker

RAUM FÜR FRÖHLICHKEIT

Wie jedes schöne Haus hat auch das in Ihren Gedanken mehrere Räume, einen für jeden Anlass. Natürlich gibt es in diesem Haus einen Raum der Traurigkeit, denn die Krankheit zwingt Sie, Ihre alte Normalität schmerzhaft loszulassen. Nebenan ist ein Raum der Angst, denn Sie erleben eine enorme Unsicherheit. Aber das sind doch nur zwei Räume in einem riesigen Haus!

Nachdem Sie der Ernsthaftigkeit der Situation also Raum gegeben haben, öffnen Sie Ihr Haus für andere Dinge, die Ihnen guttun. Vielleicht gibt es da einen Raum der Fröhlichkeit, in dem Sie alles sammeln, was Ihnen Spaß macht und Ihnen freudvolle Momente beschert. Bei mir wäre in diesem Raum immerzu Sommer und im Fernsehen würden rund um die Uhr Heinz-Erhardt-Filme laufen.

Möglicherweise befindet sich nebenan ein Raum der Wohltat. Darin könnten Fotos sämtlicher Menschen stehen, mit denen Sie sich gerne umgeben oder die Sie immer zum Lachen bringen.

In Ihrem Haus der Freude sind Ihrer Fantasie keine Grenzen gesetzt. Sie können anbauen, umbauen, einrichten, dekorieren – sowohl in den notwendigen schattigen Räumen als auch in den lichtdurchfluteten, fröhlichen Zimmern.

EINE SCHALE GLÜCK

In Ihrem gedanklichen Haus findet so Ihr eigentliches Leben wieder Raum und erhält Aufmerksamkeit – mitsamt seiner positiven Facetten, die Sie zum schallenden Lachen, zum heiteren Lächeln, zum fröhlichen Grinsen oder zum stillen Schmunzeln bringen. Mit diesem Erschaffenen

Wissenschaftlicher Beirat

Prof. Dr. med. Werner Bader, Klinikum Bielefeld

Prof. Dr. med. Matthias Beckmann, Universitäts-Frauenklinik
Erlangen

Prof. Dr. med. Josef Beuth, Institut zur wissenschaftlichen
Evaluation naturheilkundlicher Verfahren, Universität zu Köln

Prof. Dr. med. Jens Büntzel, Südharzklinikum Nordhausen

Dr. med. Manuel Cornely, Köln

Univ.-Prof. Dr. med. Annette Hasenburg, Universitätsmedizin Mainz

Prof. Dr. med. Arnd Hönig, Katholisches Klinikum Mainz

Prof. Dr. med. Christian Jackisch, Sana Klinikum Offenbach
Vorsitzender der Hessischen Krebsgesellschaft

Univ.-Prof. Dr. med. Peter Mallmann, Universitätsklinikum Köln

Prof. Dr. med. Henrik Menke, Sana Klinikum Offenbach

Prof. Dr. med. Olaf Ortmann, Caritas Krankenhaus St. Josef
Regensburg

Priv.-Doz. Dr. med. Jens Ulrich Rüffer, Vorsitzender Deutsche Fa-
tigue Gesellschaft Köln

Univ.-Prof. Dr. med. Eugen Ruckhäberle, Universitätsklinikum
Düsseldorf

Prof. Dr. med. Mathias Rummel, Universitätsklinikum Gießen

Prof. Dr. med. Anton Scharl, Klinikum St. Marien Amberg

Prof. Dr. med. Günter Schlimok, Präsident der Bayerischen
Krebsgesellschaft

Prof. Dr. med. Barbara Schmalfeldt, Universitätsklinikum
Hamburg-Eppendorf

Prof. Dr. med. Peter Schmid, Universität Sussex

Prof. Dr. med. Jalid Sehouli, Charité – Universitätsmedizin Berlin

Prof. Dr. med. Prof. h. c. Christof Sohn, Universitätsklinikum Heidel-
berg

Dr. med. Wilhelm Steinmann, St. Antonius-Hospital Gronau

Priv.-Doz. Dr. med. Marc Thill, Agaplesion Markus Krankenhaus
Frankfurt

Univ.-Prof. Dr. med. Michael Thomas, Universitätsklinikum
Heidelberg

Prof. Dr. med. Christoph Thomssen, Universitätsklinikum Halle

Impressum

Herausgeber & Verlag:

GFMK GmbH & Co. KG
Mediengruppe
Zum Scheider Feld 20
51467 Bergisch Gladbach
Tel.: 02202 18898-0
Fax: 02202 18898-19
E-Mail: info@gfmk.de
www.gfmk.de



Produktion:

Holger F. Caspari (V.i.S.d.P.)
Claudia Laschinski (Leitende Redak-
teurin)
Lisa Benz
Daniela Elsässer (Schriftführerin)

Anzeigenleitung:

Kirsten Caspari
Tel.: 02202 18898-14



Gestaltung:

del din design, Siegburg
www.deldindesign.de

Druck:

Rasch Druckerei und Verlag GmbH &
Co. KG, Bramsche

Titelbild:

istock.com – jessicaphoto

Nach Maßgabe der gesetzlichen Be-
stimmungen bleiben alle Rechte dem
Verlag vorbehalten. Der Verlag und die
Redaktion übernehmen für unver-
langt eingesandte Manuskripte keine
Haftung. Namentlich gekennzeichnete
Beiträge geben nicht zwangsläufig
die Meinung der Redaktion wieder.
Das Magazin und alle in ihm enthalte-
nen Beiträge sind urheberrechtlich
geschützt. Bei Nachdruck, auch wenn
Artikel auszugsweise verwendet
werden, bedarf es der ausdrückli-
chen schriftlichen Zustimmung. Nach
erfolgter Zustimmung wird um Angabe
der Quelle und Zusendung eines Be-
legexemplars gebeten. Die Inhalte der
Anzeigen müssen nicht zwangsläufig
mit der Meinung des Herausgebers
übereinstimmen.

Leben? Leben! kostenfrei bestellen für Ihre Arztpraxis, Klinik oder Selbsthilfegruppe



- Telefon: 02202 18898-0
- E-Mail: magazine@gfmk.de
- Internet: www.gfmk.de
- Post: GFMK GmbH & Co. KG
Mediengruppe
Zum Scheider Feld 20
51467 Bergisch Gladbach



Wir möchten *Leben? Leben!* (4 Ausgaben pro Jahr) kostenfrei zur Auslage in unserer Praxis/Klinik/SHG erhalten. Bitte senden Sie das Magazin an folgende Anschrift:

Information für Patienten

Wenn Sie dieses Magazin gerne regelmäßig lesen möchten, legen Sie dieses Formular in Ihrer Arztpraxis/Klinik oder SHG vor und bitten Sie um Bestellung. Unsere Informationsschriften sind bei Bestellung über Arztpraxen, Kliniken und Selbsthilfegruppen kostenfrei.

(Institution: Name der Arztpraxis/Klinik/SHG)

(Zusatz, z. B. Abteilung)

(Straße, Hausnummer)

(PLZ, Ort)

(Name des Ansprechpartners/der Ansprechpartnerin)

(Telefonnummer)

(Homepage)



Antwort

GFMK GmbH & Co. KG
Mediengruppe
Zum Scheider Feld 20
51467 Bergisch Gladbach

Mit dieser Bestellung gehen Sie keinerlei Verpflichtungen ein. Es entstehen für Sie **keine** Kosten. I. d. R. werden jeweils ca. 50 Exemplare geliefert. Aufgrund der begrenzten Auflage kann eine Zuteilung nicht garantiert werden. Ergänzend zu unserem Magazin erscheinen in unserem Verlag in unregelmäßigen Abständen auch themenbezogene Ratgeberbroschüren, die Sie ebenfalls kostenfrei erhalten. Wenn Sie unsere Publikationen nicht mehr beziehen möchten, können Sie diese jederzeit schriftlich, telefonisch, per Fax oder per E-Mail abbestellen. Bitte sehen Sie von unfrühen Rücksendungen ab.