

Pressemitteilung

02. Juni 2010



Zentrale Stelle: 01 80-5 18 09 08

Wie man durch richtige Ernährung das Krebsrisiko senken kann

Info-Nachmittag am 11. Juni im Mammo-Mobil in Regen

REGEN. Rund um Krebsvorbeugung und -früherkennung geht es am 11. Juni 2010 beim Informationsnachmittag im Mammo-Mobil, das derzeit in Regen auf dem REWE-Parkplatz in der Bahnhofstraße 24 steht. Ab 12.30 Uhr bis in den frühen Abend informiert Ernährungsberaterin Anja Schneider, wie man durch seine Ernährung das Risiko, an Krebs zu erkranken, senken kann. „Viele Obst- und Gemüsesorten enthalten Stoffe, die sich positiv auf das Immunsystem auswirken und sogar das Wachsen von Krebszellen hemmen können“, erklärt die Diätassistentin für die AOK. „Diese sind ein wichtiger Baustein zur Krebsprophylaxe. Erdbeeren, Estragon und Tomaten zählen beispielsweise dazu. Welche Sorten das sonst noch sind und wie sie wirken, erfahren interessierte Frauen und Männer beim Info-Nachmittag. „Menschen, die sich gesund ernähren, sind in aller Regel auch weniger übergewichtig als solche, die viel fettreiche Kost zu sich nehmen. Und Übergewicht ist ein großer Risikofaktor für Krebs“, erklärt die Ernährungsberaterin. Auch viel Bewegung und Entspannung würden helfen, das Krebsrisiko zu minimieren, sagt sie. Studien hätten beispielsweise gezeigt, dass Brustkrebs im direkten Zusammenhang mit fettreicher Ernährung und daraus resultierendem Fettgewebe am Bauch stünde. „Schon deshalb ist es ratsam, sich gesund und ausgewogen zu ernähren“, meint Anja Schneider.

Dr. Margarete Murauer von der Radiologen-Gemeinschaft Deggendorf informiert an diesem Nachmittag zudem über Früherkennung von Krebs und moderne Behandlungsmethoden. Sie ist gemeinsam mit ihrer Kollegin Dr. Ulrike Aichinger von RADIO-LOG Passau verantwortlich für das Mammographie-

Achten Sie auf Ihre Gesundheit - Wir tun es auch



MVZ-Schießstattweg
Schießstattweg 60
94032 Passau
info@radio-log.de



Perlasberger Str. 41
94469 Deggendorf
info@radiologie-deggendorf.de



Screening in Niederbayern, „Je früher wir Krebs erkennen, umso schonender sind die Therapien und umso größer ist die Chance auf vollständige Heilung“, erklärt Margarete Murauer. „Früherkennung erhöht die Lebensqualität der betroffenen Frau erheblich.“ Jede zehnte Frau erkrankt in Deutschland im Laufe ihres Lebens an Brustkrebs, am häufigsten trifft es Frauen zwischen 50 und 69 Jahren. Das bundesweite Screening-Programm ermöglicht Frauen dieser Altersgruppe alle zwei Jahre die Teilnahme an einer kostenlosen, qualitätsgesicherten Mammographie. Dadurch sollen vor allem Karzinome in sehr frühen Stadien erkannt werden – in Größen, in denen sie noch nicht tastbar sind. „Winzig kleine Tumore haben in aller Regel noch keine Metastasen gebildet. Das ist eine wesentliche Voraussetzung für eine vollständige Heilung und den Einsatz von Therapien, die den Körper wenig belasten“, informiert die erfahrene Fachärztin für Radiologie. „Das Screening ist eine große Chance, wir können Frauen nur empfehlen, diese zu nutzen.“ Das sieht auch Regens Bürgermeisterin Ilse Oswald so. Sie hat am 27. Mai in der rollenden Röntgen-Praxis ihre Brüste röntgen lassen.

Dr. Margarete Murauer zeigt am Informationsnachmittag auch, wie Mammographie heute mit modernen und qualitätsgesicherten Geräten funktioniert, und beantwortet alle persönlichen Fragen rund um Brustkrebs-Früherkennung und -therapie. In Niederbayern haben seit dem Jahr 2006 insgesamt 45.000 Frauen an der Untersuchung teilgenommen. Hierbei ist durchschnittlich bei sieben von 1.000 Teilnehmerinnen Brustkrebs oder eine Vorstufe diagnostiziert worden.

Das Mammographie-Screening in Deutschland hat einen extrem hohen Qualitätsstandard: Nur ausgewiesene erfahrene Fachärzte für Radiologie werden zu Programmverantwortlichen Ärzten (PVÄ) berufen. Jede Aufnahme wird von zwei speziell ausgebildeten und erfahrenen Befundern unabhängig voneinander begutachtet, die Geräte entsprechen modernster Technik und unterliegen strengsten Kontrollen.

In Regen bleibt die rollende Röntgen-Praxis noch bis 25. Juni. Sie ist montags bis donnerstags geöffnet zwischen 8 Uhr und 12 Uhr sowie von 12.30 Uhr bis 17 Uhr. Freitags können sich Frauen zwischen 50 und 69 Jahren von 8 Uhr bis 12 Uhr und von 12.30 Uhr bis 15.30 Uhr untersuchen lassen – auch wenn sie noch keine Einladung bekommen haben.