

## **Internationales Treffen am Morgen mit Vortrag zur Brustgesundheit**

Auch wenn Brustkrebs lange nicht so viele Menschen tötet wie Herzkrankheiten, gibt es 58.000 Neuerkrankungen jedes Jahr in Deutschland, und das ist ernst zunehmen. Viel zu wenige Frauen und Mädchen wissen darüber Bescheid. Deshalb fand am 29. September 2009 in der Tagesstätte, Grabenstraße 1, in Reinheim ein Treffen für Frauen allen Alters und jeder Nationalität statt. Veranstalter waren das Internationale Büro der Stadt Reinheim, der Verein FrauenFreiRäume, und das Lokale Bündnis für Familie. Anwesend waren Iranerinnen, Kurdinnen, Türkinnen, Italienerinnen und Deutsche. Jede Frau hatte die Möglichkeit, eine Speise ihres Landes mitzubringen, die dann bei gemütlichem Beisammensein mit Austausch verzehrt wurden. Anschließend fand ein Vortrag über Brustgesundheit von der Ärztin Cornelia Hinrichsen statt, inklusive türkischer Übersetzung von der Integrationsassistentin Gülseren Akin. Sie informierten über Risikofaktoren, Merkmale und mögliche Vorsorgemöglichkeiten und antworteten auf die Fragen der Zuhörer. "Allein eine gesunde Lebensweise mit Sport und guter Ernährung kann das Risiko auf Brustkrebs senken. Damit meine ich mäßigen Alkoholgenuss, Mediterrane Kost mit Olivenöl, moderate Kalorienzufuhr und jede Art von Bewegung", so Hinrichsen. "Auch Tastuntersuchungen sind hilfreich, doch 9 von 10 Knoten, die man finden könnte, sind gutartig."