



Heidelberg, den 26. Februar 2009

## **Pressemitteilung Nr. 3 / 2009**

### **Gesund und fit durch die Wechseljahre Gesundheitsforum in der Klinik Sankt Elisabeth**

**So jung wie heute waren Frauen noch nie. Die „fitten Fünfziger“, aktuell die größte Bevölkerungsgruppe in Deutschland, hält sich körperlich und geistig gesund und stellt gleichzeitig hohe Ansprüche an die Lebensqualität. Interessierten Frauen bietet die Heidelberger Klinik Sankt Elisabeth ein Gesundheitsforum zum Thema Wechseljahre an.**

Das Gesundheitsforum Gynäkologie am 11. März 2009 um 19 Uhr behandelt grundsätzliche Fragen, die Frauen in den Wechseljahren bewegen: Wie sinnvoll ist eine Hormontherapie zur Abschwächung von unerwünschten Symptomen der Wechseljahre? Wie können Frauen Veränderungen der Brust selbst ertasten? Was tun bei beginnender Blasenschwäche? Und schließlich: Welche kosmetische Pflege hält reife Haut elastisch und gesund? Der Expertenrat dient dazu, die Veränderungen des Körpers in der Zeit der hormonellen Umstellung zu beschreiben und zu erklären. So erschließt sich ein neues Verständnis für körperlich-seelische Vorgänge. Außerdem dient das Forum der frühen Erkennung von Krankheitssymptomen. Nach den Kurz-Vorträgen haben die Teilnehmerinnen die Möglichkeit, ihre Fragen zum Thema zu stellen.

Die Referenten sind alle Experten ihres Fachs. Dr. med. Jürgen Kübler und Ingrid Schwaighofer-Bender, Fachärzte Gynäkologie, haben eigene Praxen in Heidelberg. Ihr langjähriges Fachwissen bringen sie als Belegärzte in die Abteilungen Gynäkologie und Geburtshilfe der Klinik Sankt Elisabeth ein. Dr. Jürgen Kübler spricht über verschiedene medizinische Methoden, eine beginnende Blasenschwäche zu behandeln. Die Gynäkologin Ingrid Schwaighofer-Bender erläutert Vor- und Nachteile einer Hormonersatztherapie. Sie referiert außerdem zum Thema Brust-Selbstuntersuchung, die sie am Modell demonstriert. Bettina Kloß ist leitende Physiotherapeutin im Zentrum für Physiotherapie und Prävention „Therasport“ an der Klinik Sankt Elisabeth. Sie arbeitet seit vielen Jahren mit Frauen, die an einer Beckenbodenschwäche leiden. Ihr Vortrag wird durch einen praktischen Teil bereichert.

Renate Becker hat ein eigenes Kosmetik-Institut und berät Frauen in Sachen Hautpflege. Nach ihrem Vortrag führt sie interessierten Frauen eine dekorative Kosmetik vor.

Das Gesundheitsforum ist für medizinische Laien konzipiert, die sich über Wechseljahresthemen informieren und kompetent mitreden möchten. Mit ihrem Gesundheitsforum hat die Klinik Sankt Elisabeth schon im vergangenen Jahr ins Schwarze getroffen: Etwa 150 Besucher interessierten sich für die Themen Gelenk-Arthrose und Fuß-Operationen.

Gesundheitsforum Wechseljahre  
Mittwoch, 11.03.2009  
19:00 – 21:00 Uhr  
Vortragsraum der Klinik Sankt Elisabeth  
Max-Reger-Straße 5-7  
Heidelberg-Neuenheim  
Tel.: (06221) 488-0  
[www.sankt-elisabeth.de](http://www.sankt-elisabeth.de)

**Kontakt für die Presse:**

Geschäftsführerin Birgit Ratz: [ratz@sankt-elisabeth.de](mailto:ratz@sankt-elisabeth.de)

Geschäftsführerin Schwester Adeltrud Jung: [oberin@sankt-elisabeth.de](mailto:oberin@sankt-elisabeth.de)