

Prävention in der Onkologie

Von Früherkennung und genetischer Disposition bis zu Lebensstilanpassungen

In der Prävention von Krebserkrankungen liegt grosses Potenzial. So könnten durch die Vermeidung von Risikofaktoren und einem gesunden Lebensstil bis zu 40% der Krebserkrankungen verhindert werden. Ebenso haben Früherkennungsmassnahmen bei bestimmten Tumorarten grossen Einfluss auf eine verbesserte Heilungschance.

Die Tertiärprävention richtet sich an Menschen mit oder nach einer Krebserkrankung. Sie hat zum Ziel die Lebensqualität zu verbessern, Überlebenschancen zu erhöhen und Spätfolgen zu minimieren. In der Schweiz leben rund 400'000 Cancer Survivor. Für viele von ihnen ist es eine grosse Herausforderung sich in der Informationsflut zurechtzufinden und empfohlene Massnahmen erfolgreich in den Alltag umzusetzen.

Diese Weiterbildung bietet einen umfassenden Überblick zum aktuellen Wissensstand der Krebsprävention. Ernährung und Bewegung werden schwerpunktmässig thematisiert und individuelle Handlungsmöglichkeiten aufgezeigt.

Inhalte

- **Begriffsklärung:**
Primär-, Sekundär- und Tertiärprävention
- **Generelle Empfehlungen:**
 - Vorsorgeuntersuchungen, Impfungen
 - Vor- und Nachteile von Screenings
 - Genetische Disposition
 - Rollen der Fachpersonen
- **Ernährung:**
 - Allgemeine Grundlagen
 - Spezifische Aspekte für Frauen mit einer Brustkrebsdiagnose
- **Bewegung:**
 - wissenschaftliche Fakten
 - praktische Übungen
- **Umsetzungsmöglichkeiten:**
 - Angebote der Krebsliga
 - Onkologische Rehabilitation Gais
 - Mind Body Medicine in der Breast Care Nurse - Sprechstunde

Ziele

Die Teilnehmenden kennen:

- die aktuellen evidenzbasierten Empfehlungen zur Krebsvorbeugung in Primär-, Sekundär- und Tertiärprävention
- unterschiedliche Ansätze zur Umsetzung von Krebspräventionsmassnahmen

Die Teilnehmenden reflektieren ihre Haltung zu Präventionsmassnahmen im beruflichen und privaten Umfeld.



Onkologiepflege Schweiz
Soins en Oncologie Suisse
Cure Oncologica Svizzera

Dienstag, 29. Oktober 2024

09.00 – 17.00 Uhr

Zürich

Referentinnen

Dr. med. Kathrin Vollmer

Leitende Ärztin

Onkologie- und Hämatologiezentrum Thun – Spiez – Berner Oberland

Dr. med. Daniela Weiler

FMH Med. Onkologie & Innere Medizin

Ernährungsmedizinerin DAEM/DGEM

Medizinische Onkologie

Leitende Ärztin

Tumorzentru, Luzerner Kantonsspital

Monika Burkhalter

Pflegefachfrau HF/ MAS

Leitung Prävention & Früherkennung

Krebsliga des Kantons Zürich

Nadja Wyrsh

Pflegeexpertin MScN

Onkologische Rehabilitation

Klinik Gais

Anja Hasslinger

Sporttherapeutin

Bewegungs- und Sportleiterin Onkologie

UZePS Balgrist, Universitäres Zentrum für Prävention

und Sportmedizin

Kursleitung & Referentin

Silvia Rusch

BScN, HöFa II, Pflegeexpertin,

CAS UZH Gesundheitspsychologische

Lebensstiländerung und Mind Body Medicine

Kosten

CHF 130.00 Mitglied Onkologiepflege Schweiz

CHF 180.00 Nichtmitglied

Inkl. Kursunterlagen und Verpflegung

Anmeldung

www.onkologiepflege.ch

Onkologiepflege Schweiz

Hirstigstrasse 13, CH-8451 Kleinandelfingen

Telefon +41 52 301 21 89

info@onkologiepflege.ch

Anerkannt durch



krebsliga schweiz
ligue suisse contre le cancer
lega svizzera contro il cancro

krebsforschung schweiz
recherche suisse contre le cancer
ricerca svizzera contro il cancro
swiss cancer research