

Endometriose – Workshops für Patientinnen

Information, Diskussion und Austausch in Kleingruppen



Liebe Patientinnen, liebe Betroffene

Mit der Diagnose «Endometriose» sind Sie nicht allein. Rund jede 10. Frau leidet an dieser Erkrankung. Die Symptome und deren Ausprägung sind für jede Patientin unterschiedlich. Trotzdem teilen viele Betroffene eine ähnliche Geschichte und haben erlebt, dass Endometriose das Sozial-, Berufs- oder Sexualleben und damit die Lebensqualität einschränken kann. Gleichzeitig gibt es eine Reihe von Möglichkeiten, welche dazu beitragen, die Lebensqualität wieder zu verbessern.

Unser Ziel ist es, Sie im Umgang mit der Erkrankung zu unterstützen. In diesen Workshops stehen Ihnen unsere Fachexpertinnen als direkte Ansprechpartner zur Verfügung. Sie haben die Möglichkeit, Fragen zu stellen, zu diskutieren und mit anderen Betroffenen Ihre Erfahrungen auszutauschen.

Wir freuen uns, Sie an unseren Workshops begrüßen zu dürfen.

Ihr Endometriose Team
der Frauenklinik

Die Teilnehmerinnenzahl ist begrenzt.

Anmeldung via Mail an: **endometriose@insel.ch**

Bitte geben Sie an, welchen Workshop Sie besuchen möchten.

Wir empfehlen, dass Sie an allen Abenden teilnehmen. Es können aber auch einzelne Workshops besucht werden. Die Teilnahme ist kostenlos.

Workshops Endometriose

Der Workshop findet an 4 Abenden in Kleingruppen von 8 Teilnehmerinnen statt.

- 17.00–18.30 Inputreferat und Diskussionsrunde
- Ab 18.30 Austausch beim anschließenden Apéro und Snack

Die Workshops finden je nach Corona-Situation vor Ort oder online statt. Die Teilnehmerinnen werden rechtzeitig informiert.

Termine und Themen

- 29. April
Endometriose: Ursachen, Symptome, Folgen
PD Dr. med. Sara Imboden, Leiterin Endometriosezentrum;
Dr. med. Konstantinos Nirgianakis, Oberarzt;
Dr. med. Anja Wüest, Oberärztin
- 27. Mai
Lebensqualität auch mit Schmerzen – ist das möglich?
Dr. med. Ilca Wilhelm, Spitalfachärztin Schmerztherapie
- 17. Juni
Endometriose – auf was kann ich bei der Ernährung achten?
Jennifer Plüer, Endometriose Nurse;
Isabel Gonzalo, Endometriose Nurse;
Therese Hischier, Ernährungsberaterin
- 19. August
Stärke dein Wohlbefinden: Tipps für Bewegung und Entspannung
Manuela Kim Schori, Physiotherapeutin
Bitte bequeme Kleidung mitbringen – wir werden ein paar einfache Übungen gemeinsam ausprobieren

Universitätsklinik für Frauenheilkunde

Inselspital Bern

Friedbühlstrasse 19

3010 Bern

+41 31 632 16 01

www.endometriose.ch

endometriose@insel.ch

2021.03.04-000004_kfg/df

Zusammenarbeit



SCHMERZ
ZENTRUM

Sponsoren

Zertifiziertes Endometriose Zentrum durch die

