

Dr. med. Maria Hussain

Der praktische Ratgeber für Frauen nach Brustkrebsoperationen

Mit einem krankengymnastischen Teil von E. Mayer-Spitzweck

7. Auflage

ZUCKSCHWERDT

W. Zuckschwerdt Verlag München • Bern • Wien • New York

Inhaltsverzeichnis

Einleitung1	Medikamente	31
Kapitel		Muskeln	32
Arzt	3	Operationsnarbe	33
Ärztliche Nachsorge und Selbstuntersuchung	4	Partnerbeziehung	34
Atmung	5	Plastische Chirurgie	35
Autofahren	6	Psychische Situation	37
Badebekleidung	7	Schlafen	38
Baden und Duschen zu Hause	8	Schmerzen	39
Baden in Schwimmbädern, Seen, im Meer und in Thermalbädern	9	Schmuck	40
Beruf	11	Selbsthilfegruppen	41
Brustprothesen und Büstenhalter	12	Sonnenbaden und Solarien	42
Chemotherapie + Hormontherapie	17	Soziale Leistungen	43
Ernährung	19	Sport und Rehabilitationssport	44
Familie, Freunde und Mitarbeiter	20	Strahlentherapie	46
Folgezustände	21	Vorbeugung gegen das Armödem	48
Geduld	23	Therapie des Armödems	50
Haltung	24	Ziel	57
Handarbeit	25	Krankengymnastischer Teil	
Hautpflege	26	Atem- und Dehnübungen	61
Hormontherapie (siehe Chemotherapie + Hormontherapie)		Übungen zur Mobilisation von Schulter und Arm	72
Kleidung	27	Abtrennbares Blatt zur Weitergabe von Anregungen der Leser an den Verlag	117
Krankengymnastik (siehe Krankengymnastischer Teil)		Erklärung einiger Fachausdrücke	119
Krankheiten	28	Kontaktadressen/Selbsthilfegruppen	122
Kuren (siehe soziale Leistungen)		Literatur	125
Lymphgefäßsystem	29		
Massagen	30		