

# Ride 4 Women

## Mehr Bewusstsein für Frauenkrebs

1.800 Kilometer von Linz nach London durch sieben Länder Europas mit dem Fahrrad – die Initiative Ride 4 Women möchte in Form einer Rennradtour Bewusstsein für Frauenkrebskrankungen schaffen. Frauen sollen zu einem aktiven und gesunden Lebensstil motiviert werden.

Brustkrebs ist – nicht zuletzt durch die Pink Ribbon Aktionen – bereits gut im kollektiven Bewusstsein der Bevölkerung verankert. Andere frauenspezifische Krebserkrankungen wie Eierstock-, Gebärmutterhals-, Gebärmutter-, und Scheidenkrebs sind als „Tabuerkrankung“ weiterhin nur wenig bekannt – obwohl weltweit pro Jahr mehr als 1,5 Millionen Frauen davon betroffen sind.

Dieser Gruppe von Tumoren ist gemeinsam, dass ihre Heilungschancen bei über 90 Prozent liegen, wenn sie in einem frühen Stadium entdeckt und die therapeutischen Maßnahmen entsprechend rasch eingeleitet werden. Hat sich die Erkrankung bereits über Metastasen ausgebreitet, liegt die Chance auf eine völlige Genesung bei weniger als 25 Prozent.

### Mut zum gesunden Lebensstil

Laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) stehen etwa 30 Prozent aller Krebsfälle in den westlichen Ländern in Zusammenhang mit ungünstigen Ernährungs- und Bewegungsgewohnheiten. Übergewicht und besonders Fettleibigkeit wird für 20 Prozent aller Krebstodesfälle bei Frauen zumindest mitverantwortlich

gemacht. Dabei führt bereits dreimal wöchentlich 30 Minuten Sport zu einer deutlichen Verbesserung des physischen Status.

Die Entstehung bösartiger Tumorerkrankungen lässt sich durch vorbeugende Maßnahmen vielfach vermeiden, wovon als wichtigste die jährliche Kontrolluntersuchung beim Gynäkologen gilt. Im Gespräch mit dem Arzt können Risikofaktoren abgeschätzt, Lebensstilmodifikationen besprochen und bei positiver Diagnose die notwendigen therapeutischen Schritte eingeleitet werden. Frauen, die regelmäßig zur Vorsorgeuntersuchung gehen, können kaum durch das Sicherheitsnetz fallen, denn fast alle bösartigen Erkrankungen oder

deren Vorstufen werden im Zuge der jährlichen Kontrolle entdeckt. Zudem kann das persönliche Krebsrisiko durch eine gesunde Lebens-

führung mit körperlicher Bewegung, Gewichtsreduktion (bei Übergewicht), ausgewogener Ernährung, moderatem Alkoholkonsum und Vermeiden von Zigarettenkonsum gesenkt werden.

In Kooperation mit der Krebshilfe Österreich und der Europäischen Gesellschaft für Gynäkologische Krebserkrankungen und in Form von gesponserten Streckenabschnitten von unter anderem Takeda, Hylo-Comod und Omni Biotic\* unterstützt Ride 4 Women durch Spendenaktionen verschiedenste Projekte von an Krebs erkrankten Frauen.

Informationen: [www.ride4women.com](http://www.ride4women.com), [www.facebook.com/ride4women](http://www.facebook.com/ride4women)



# Ceolat®

## Metoclopramid

### NEU: Jetzt auch als 50 ml

Die Flüssigformulierung bei Übelkeit in der 1 mg/ml Konzentration



- AVP unter Rezeptgebühr
- Auf Privatrezept erhältlich

Servus Österreich!

GEROT LANNACH

Fachinformation Ceolat® Lösung zum Einnehmen, 08/2014 \*Apothekenverkaufspreis, WVZ 06/2015

Fachkurzinformation siehe Seite 34

05. Juni 2015

01/06.2015