

## **mammaLIFE**

### **Ein innovatives, ganzheitliches Brustkrebsnachsorge-Konzept**

**mammaLIFE ist ein neues Brustkrebsnachsorge-Programm, das von Dr. rer. medic. Florian Wiedemann entwickelt wurde. Im Rahmen von mammaLIFE werden wissenschaftlich fundierte Maßnahmen wie körperliche Bewegung, Yoga oder Achtsamkeitstraining so vermittelt, dass betroffene Frauen diese möglichst eigenständig und langfristig in ihr Leben integrieren können. Das Ziel des Programms ist die Unterstützung der Krankheitsbewältigung und eine nachhaltige Verbesserung der Lebensqualität nach einer Krebsbehandlung. Träger des Programms ist der gemeinnützige Verein "Medizinische Fitness und Gesundheitssport Bad Tölz e.V."**

#### **Bad Tölz, 05.07.2017**

Mit mammaLIFE hat Medizin- und Sportwissenschaftler Dr. Florian Wiedemann in Zusammenarbeit mit dem MFG Bad Tölz e.V. ein ganzheitliches Brustkrebs-Nachsorgekonzept für Frauen entwickelt. Hintergrund ist, dass die Forschung der letzten Jahre zeigt, dass ein gesunder Lebensstil nicht nur die Lebensqualität nach einer Erkrankung verbessern, sondern sich auch auf die Heilungschancen bei Brustkrebs auswirken kann. (Holmes et al, 2005; Demark-Wahnefried et al., 2012; Cramer et al., 2012; Zainal et al., 2012).

mammaLIFE ist dabei keine Alternative zur Brustkrebsbehandlung, sondern eine Unterstützung für Frauen, die selbst aktiv an ihrer Genesung mitwirken möchten. Im Rahmen einer dreiwöchigen Kompaktkur in Bad Tölz werden Frauen in einer kleinen Gruppe betreut. Das Angebot umfasst psychoonkologische Beratung, verhaltenstherapeutische Maßnahmen wie Bewegung, Yoga oder Ernährungsberatung genauso wie medizinische Behandlungen wie Physiotherapie oder Massage. Um das persönliche Gesundheitsbewusstsein zu stärken, finden außerdem Seminare statt, die sich mit weitergehenden Fragen der Lebensgestaltung wie. z.B. Lebenszielen und sozialen Beziehungen befassen. Ziel der Kur ist es, dass die Teilnehmerinnen ihre persönlichen Vorhaben zu Hause selbständig fortführen können.

Deshalb werden die Teilnehmerinnen nach dem Kuraufenthalt sechs Monate weiterbetreut – u. a. per App, Coaching-Kalender und Telefonberatung.

Eine Teilnahme ist sowohl direkt im Anschluss an die Krebsbehandlung oder auch mehrere Jahre später möglich. Interessierte Frauen müssen dafür lediglich ein Antragsformular von ihrem behandelnden Arzt ausfüllen und von ihrer Krankenkasse genehmigen lassen. Nähere Informationen sind im Internet unter [www.mammalife.de](http://www.mammalife.de) zu finden.

## Über Medizinische Fitness und Gesundheitssport e.V.

Zweck des gemeinnützigen Vereins mit Sitz in Bad Tölz ist die Durchführung zertifizierter und von den Krankenkassen anerkannter Gesundheitsförderungs- und Rehabilitationsmaßnahmen, wie z.B. Rehabilitationssport oder Primärprävention nach §20 SGB V. Erster Vorstand ist Karl Hirsch, zweiter Vorstand ist Dr. Florian Wiedemann.

## Über mammalIFE

mammalIFE ist ein von den Krankenkassen bundesweit anerkanntes Konzept zur medizinischen Nachsorge für Frauen mit Brustkrebs. Entwickelt von Dr. rer. medic. Florian Wiedemann 2012 wurde das Projekt 2016 offiziell gestartet. Es wird gefördert vom bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege (StMGp).

Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen die Kosten für medizinische und therapeutische Maßnahmen und zahlen einen Zuschuss von i.d.R. 16€/Tag für Übernachtung und Verpflegung. Auch private Krankenversicherungen und Beihilfestellen übernehmen Kosten auf Anfrage.

## Pressekontakt:

Dr. Florian Wiedemann  
Marktstr. 54  
83464 Bad Tölz

Telefon: 08041-4474040  
Email: [fwiedemann@mammalife.de](mailto:fwiedemann@mammalife.de)

Bildmaterial in Druckqualität und den Text in digitaler Form erhalten Sie unter:

[www.mammalife.de](http://www.mammalife.de)

## Weitere Informationen:

Dr. rer. medic. Florian Wiedemann

- Leitung mammalIFE
- Diplom-Sportwissenschaftler (Univ.)
- Promotion in theoretischer Medizin
- Lehrbeauftragter für Gesundheitspsychologie an der TU München
- Referent für Gesundheitsförderung und Mind-Body-Medizin auf Patientensymposien sowie auf medizinischen Kongressen.

