



KREBS GEMEINSAM BEWÄLTIGEN Seite 14



ANTIKÖRPER Seite 20



FAHRRADFAHREN Seite 48

Inhalt

Oktober bis Dezember 2014

Mamma Mia! Psychologie

- 13 SEI MUTIG UND WAGE DICH, FÜR DICH ZU GEHEN!
Der fünfte Heilschritt: Die Heilkraft des Mutes
- 14 KREBS GEMEINSAM BEWÄLTIGEN
Wertvolle Tipps für Angehörige

Mamma Mia! Medizin

- 18 ANTIHORMONTERAPIE
Neue Erkenntnisse hinsichtlich der Behandlung prämenopausaler Frauen
- 20 ANTIKÖRPER
Die Krebstherapie der Zukunft?
- 24 MONALEESA-2
Neue Studie für Frauen mit fortgeschrittenem, hormonpositivem, HER-negativem Brustkrebs
- 25 MYTHEN & FAKTEN
Folge 32: Kritische Betrachtung des Mammographie-Screenings
- 26 BIOSIMILARS
Nachahmung von Antikörpern als lukratives Geschäft
- 28 KOMPLEMENTÄRMEDIZIN
„Was kann mir jetzt helfen?“
- 32 MAMMA MIA! MEDIZIN
Nachrichten in aller Kürze

Mamma Mia! Reise

- 38 RAUS AUS DEM RUMMEL
Abseits der Touristenströme ist Gran Canaria eine ruhige Insel
- 40 MAMMA MIA! REISETIPPS
Die Welt in aller Kürze

Mamma Mia! Ernährung

- 42 ACHTSAM ESSEN
Die Kunst, auf die innere Stimme zu hören
- 46 REZEPTE
Pfannkuchen mit Ratatouille, Salat von roten Linsen mit Zanderfilet und Ölräucherpesto, Tomatisiertes Wok-Gemüse mit Salbei, Gebratenes Carpaccio vom Hähnchen mit Petersilienwurzelpesto und Rosenkohl

Mamma Mia! Sport

- 48 FAHRRADFAHREN
Gesundheitsbonus durch Trendsportart

Mamma Mia! Wellness

- 50 MIND WALKING
Angewandte Lebensfreude mit der Praxis der Tanztherapie

Mamma Mia! Rubriken

- 3 Editorial
- 6 Leserbrief
- 7 Betroffene fragen Betroffene
- 8 Expertendialog
- 12 Rätsel
- 16 Projekt: Die LöwenMutKids
- 54 Recht
- 56 Spezial: Wie hat die Diagnose Brustkrebs Ihr Leben verändert? (Teil 1)
- 58 Spezial: Pink Shoe Day – Schuhe gegen Krebs
- 60 Surftipps
- 61 Literaturtipps
- 62 Rückblick
- 64 Veranstaltungstipps
- 67 Marktplatz
- 70 Impressum

Das Mamma Mia! Titelbild

Eva, 27 Jahre alt, gebürtige Münchnerin. Eva ist sehr sportlich und unternehmungslustig. Das Titelbild ist von Lars Gläser (www.vershoot.de)

Auf einen Blick – die Experten dieser Ausgabe

- Prof. Dr. Tanja Fehm**
Universitätsfrauenklinik Düsseldorf 8
- Ilona Arbeit**
Institut für Psychoonkologie, Frankfurt/M. 13
- Dipl.-Psych. Dr. rer. nat. Katja Geuenich**
Röher Parkklinik GmbH 14
- Prof. Dr. med. Christian Jackisch**
Sana Klinikum Offenbach 18
- Prof. Dr. Wolfgang Janni**
Universitätsklinikum Ulm 20 und 24
- Prof. Dr. Ingo J. Diel**
Praxisklinik am Rosengarten, Mannheim 25
- PD Dr. med. Marc Thill**
Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe und Agaplesion Markus Krankenhaus Frankfurt am Main 26
- Annette Rexrodt von Fircks**
Rexrodt von Fircks Stiftung Ratingen 28
- Prof. Dr. Josef Beuth**
Institut zur Evaluation von Naturheilverfahren an der Universität zu Köln 28
- Anke von Platen**
Corporate & Personal Health Hannover 42
- Dipl. med. Heike Gerlach**
Präventionsakademie Thüringen, Buhl 50