

PINK! – Hilfe bei Brustkrebs

„PINK! aktiv gegen Brustkrebs“ ist der neue Kooperationspartner der HanseMerkur im Kampf gegen Brustkrebs. Brustkrebs ist eine Diagnose, die das Leben der Betroffenen aus der Bahn werfen kann. Es ist uns daher ein großes Anliegen, unsere Kundinnen und Kunden in ihren Krankheitsverläufen zu unterstützen.

Was ist PINK!?

PINK! wurde von führenden Experten der Gynäkologie, Onkologie, Ernährungsmedizin, Sportwissenschaften und Psychologie konzipiert und vereint **zwei Komponenten: PINK! Coach und PINK! Leben**. PINK! Coach ist eine App und unterstützt in den Themenbereichen **Bewegung, gesunder Ernährung und Achtsamkeit**. Studien haben gezeigt, dass ein gesunder Lebensstil sich positiv auf verschiedene Therapien auswirkt,

der Krankheitsverlauf günstig beeinflusst wird und das eigene Rückfallrisiko gesenkt werden kann. Ergänzt wird das Ganze durch PINK! Leben, ein psychoonkologischer Online-Kurs, der dabei hilft, **die innere Ruhe zu finden, Sorgen-schleifen zu durchbrechen und die eigenen Kraftquellen zu stärken**. Die Kosten werden für drei Monate für PINK! Coach und zwölf Monate für PINK! Leben tariflich erstattet.

Kurzinterview mit Prof. Dr. Pia Wülfing, Gynäkologin und Gründerin von PINK!

Was empfehlen Sie Ihren Patientinnen und Patienten?

Wülfing: Mit der Diagnose Brustkrebs verändert sich das Leben grundlegend. Die meisten Betroffenen brauchen seelische Unterstützung. Niemand sollte allein mit der Krankheit fertig werden müssen.

Was können Betroffene selbst tun?

Wülfing: Ich rate selbst AKTIV gegen Brustkrebs zu sein. Sowohl für die Seele als auch für den Körper. Ein fittes Immunsystem ist unglaublich wichtig.

Wie hilft die App PINK! Coach Patientinnen und Patienten dabei genau?

Wülfing: Die App schlägt den Nutzerinnen und Nutzern täglich kleine individuelle Ziele vor und unterstützt mit einfachen und im Alltag zu integrierenden Tipps das eigene Verhalten anzupassen. So erhält eine betroffene Person, die sich in der Chemotherapie befindet, zum Beispiel konkrete Ernährungshinweise und eine Patientin oder Patient mit Fatigue lernt Übungen kennen, um den Erschöpfungszustand positiv zu beeinflussen.



[Mehr Informationen zu unserem Angebot erhalten Sie auf unserer Homepage unter:](#)

www.hansemerkur.de

[> Service > Gesundheitsservice > Vorteilsangebote und Kooperationen](#)

[> Brustkrebs – Digitales Angebot](#)