

# Sie kämpfen mit Make-up gegen die Spuren des Krebses

Im Spital Limmattal finden Schminkkurse für Krebsbetroffene statt. Das Angebot wird jedoch zu wenig genutzt

VON SIBYLLE EGLOFF

Haarverlust, Hautveränderungen, Übelkeit, Schwäche. Die Folgen einer Chemotherapie sind für Krebspatientinnen spür- und sichtbar. Damit sich die Frauen besser fühlen, werden im Spital Limmattal nun schon im zweiten Jahr kostenlose Beauty Workshops angeboten. Dabei erhalten die Patientinnen Anleitungen für die Hautpflege und das Make-up. «Die Kurse haben einen äusserst positiven Einfluss auf das Wohlbefinden meiner Patientinnen. Deshalb habe ich mich vor zwei Jahren dafür eingesetzt, dass wir mit der Stiftung «Look Good Feel Better» zusammenarbeiten und die Kurse auch bei uns im Spital stattfinden», sagt Katharine Röthlisberger. Sie betreut seit sieben Jahren Brustkrebspatientinnen im Brustzentrum im «Limm» und nahm das Angebot 2018 ins Veranstaltungsprogramm auf. Zuvor mussten interessierte Patientinnen die Workshops im Triemli Spital oder im Universitätsspital in Zürich besuchen.

Die Stiftung «Look Good Feel Better» führt seit 13 Jahren an über 50 Kliniken und Spitälern in der Schweiz kostenlose Kurse für Krebsbetroffene in medizinischer Behandlung durch. «Die Therapien von Krebspatientinnen und -patienten können das Hautbild verändern und der Verlust der Haare, der Brauen und Wimpern können das Aussehen stark beeinträchtigen», sagt Erika Baumann von «Look Good Feel Better». Das könne zu grosser Verunsicherung führen. «Unser Ziel ist, das Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl der Patientinnen zu stärken und ihnen zu zeigen, wie man mit einfachen Mitteln den sichtbaren Spuren der Behandlung entgegenwirken kann», sagt Baumann. Sie engagiert sich seit 2006 ehrenamtlich für die Stiftung und ist Teamleiterin und Programm Managerin in der Deutschschweiz.

## Augenbrauen nachzeichnen

Im Kurs lernen die Teilnehmerinnen wie sie etwa Augenbrauen nachzeichnen können oder wie man die durch die Therapie sehr trockene und gerötete Haut pflegen kann. Dazu erhalten die Patientinnen eine Geschenktasche mit 13 Kosmetikprodukten, die sie im Kurs benutzen und dann mit nach Hause nehmen können. «Natürlich können die Frauen auch ihre eigenen Kosmetik-Artikel mitbringen und diese im Kurs verwenden», sagt Röthlisberger.

Nicht nur die Tipps und Tricks stehen im Zentrum des zweistündigen Kurses. «Es soll die Patientinnen auch für ein paar Stunden den schwierigen Therapiealltag vergessen lassen», sagt Baumann. Der gegenseitige Austausch der Betroffenen spiele eine wichtige Rolle, ist sich Röthlisberger sicher. «Man kann etwas Schönes miteinander erleben. Das ist ein moralischer Aufsteller für viele.» Die Atmosphäre an den Anlässen sei jeweils gelöst und heiter. Die anfängliche Skepsis verwandle sich in Begeisterung. «Am Anfang kommen die Teilnehmerinnen mit ihren Perücken zum Workshop. Irgend-



Am Workshop erhalten die Teilnehmerinnen Tipps und Anleitungen für die Hautpflege und das Make-up.

ZVG



«Der Workshop fördert die Lebensfreude und leistet einen Beitrag zum Heilungsprozess.»

KATHARINE RÖTHLISBERGER  
BREAST CARE NURSE SPITAL LIMMATTAL

wann fühlen sich viele so wohl, dass sie sie ablegen», sagt die Breast Care Nurse.

Zwei Mal jährlich finden die Workshops statt. Der nächste am 21. März. Was Röthlisberger ein bisschen Sorgen bereitet, ist die Teilnehmerzahl. «Bisher



«Unser Ziel ist, das Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl der Patientinnen zu stärken.»

ERIKA BAUMANN TEAMLEITERIN STIFTUNG  
«LOOK GOOD FEEL BETTER»

haben sich nur drei Frauen angemeldet», sagt sie. Ideal wären zehn bis zwölf Teilnehmerinnen. «Den letzten Kurs besuchte nur eine Person. Wenn das so weiter geht, können wir den Anlass nächstes Jahr nicht mehr im «Limm» organisieren. Der Aufwand wäre zu gross», sagt Rö-

thlisberger. Sie hoffe aber sehr, dass sich das Blatt noch wende.

An anderen Kliniken und Spitälern seien die Kurse gut besucht, sagt Röthlisberger. Wieso das im Spital Limmattal nicht der Fall ist, kann sie sich nur schwer erklären. Einzig, dass zwei Kurse pro Jahr wohl etwas zu wenig seien, oder zeitlich zu weit auseinander liegen würden. «Wenn jemand die Therapie im Dezember beendet und der nächste Workshop erst im März stattfindet, besucht die Patientin den Kurs eher in einem anderen Spital», sagt Röthlisberger. Deshalb überlegt sie sich, ob noch ein weiterer Termin angeboten werden soll. «Es wäre wirklich schade, wenn wir damit aufhören müssten. Der Workshop fördert die Lebensfreude und den Lebensmut der Patientinnen und leistet somit einen Beitrag zum Heilungsprozess.

Der Workshop findet am 21. März von 14 bis 16 Uhr im Spital Limmattal statt. Auskunft und Anmeldung an Katharine Röthlisberger unter 044 736 85 49 oder katharine.roethlisberger@spital-limmattal.ch. Informationen zur Stiftung «Look Good Feel Better» finden Sie auf [www.lgfb.ch](http://www.lgfb.ch).

## Nachrichten

### Rodungen werden in der Nacht ausgeführt

**LIMMATTALBAHN** Im Zusammenhang mit der Realisierung der Limmattalbahn sind in der Hohlstrasse in Altstetten die nächsten Bauetappen für diesen Sommer geplant. Als Vorbereitungsarbeiten müssen im Abschnitt zwischen dem Farbhof und der Saumackerstrasse Bäume gerodet werden, wie die Limmattalbahn AG in einer Mitteilung schreibt. Da für diese Arbeiten aus Sicherheitsgründen die Fahrleitung abgeschaltet werden muss, können die Rodungen nur in der Nacht ausgeführt werden. Sie finden nächste Woche am Dienstag, Mittwoch, Donnerstag und Freitag jeweils von 1 bis 5 Uhr statt. (SAW)

### Steckbeckenautomaten werden ersetzt

**DIETIKON** Nachdem letztes Jahr schon ein Teil der störungsanfälligen älteren Steckbeckenautomaten im Dietiker Pflegeheim Ruggacker ausgetauscht wurde, müssen nun weitere sechs ersetzt werden. Dafür hat der Stadtrat einen Kredit in der Höhe von rund 63 555 Franken bewilligt, den Auftrag für die Anschaffung an die Arjo AG in Hägendorf und jenen für die Elektroanschlüsse an die Gebrüder Bräm AG in Zürich vergeben, wie er mitteilt. Steckbeckenautomaten gehören zur Standardinfrastruktur eines Alters- und Pflegeheims. Sie dienen einerseits für die Entsorgungen der Ausscheidungen von pflegebedürftigen Bewohnerinnen und Bewohnern sowie andererseits für die Reinigung und Desinfektion von Bettchüsseln und Urinflaschen. (SAW)

### Leitungssanierung kam günstiger als erwartet

**BIRMENSCHWIL** Anfang April letzten Jahres hatte der Birmensdorfer Gemeinderat das Projekt für die Sanierung der Wasserleitung Im Hang, den Neubau einer Ringschlussleitung zur Stallikonstrasse und das Verlegen eines Leerrohrtrassesees für die öffentliche Beleuchtung genehmigt und dafür insgesamt 465 000 Franken bewilligt. Nun liegt die Bauabrechnung vor. Sie schliesst mit 378 560 Franken ab. Wie der Gemeinderat mitteilt, seien die Minderkosten von 86 440 Franken im Wesentlichen auf nicht so umfangreiche Grabarbeiten, tiefere Materialkosten und weniger Unvorhergesehenes zurückzuführen. (SAW)

### Sonnenhofstrasse: Leitung wird ersetzt

**DIETIKON** In der Sonnenhofstrasse im Abschnitt Kehrplatz bis Römerstrasse befindet sich eine rund 65-jährige Wasserleitung, die alterungsbedingt und in Abstimmung mit dem Kindergarten-Ersatzneubau auf dem Steinmürliareal ersetzt werden muss. Der Dietiker Stadtrat hat das Projekt genehmigt und für den Ersatz der Wasserleitung einen Kredit in der Höhe von 208 000 Franken bewilligt, wie er in einer Mitteilung schreibt. (SAW)

INSERAT

Bringen Sie uns Ihre Vermögens- oder Depotwerte und profitieren Sie von tollen Rabatten.

Reden Sie mit uns.

\*Rabatte wahlweise für die nächsten 3 Jahre auf Courtagen oder Depotgebühren.

Raiffeisenbank an der Limmat – 044 744 54 54

**RAIFFEISEN**