

LEITLINIEN

Was ist ein MammaCare Kurs ?

Zur Qualitätssicherung von Kursen zur Brustselbstuntersuchung nach der MammaCare® Methode sind folgende Rahmenbedingungen notwendig:

Max. Teilnehmerzahl: 4 Frauen

Minstdauer: 90 Minuten

Kursmaterial: 1 MC-Brusttastmodell zum Üben je Teilnehmerin
Liegemöglichkeit für jede Teilnehmerin

Kursinhalt: Einführung in Anatomie und Physiologie der Brustdrüse
Optimaler Untersuchungszeitpunkt
Säulen der Früherkennung

Einweisung in die MammaCare-Methode

Erlernen der Untersuchungstechnik am Modell
Modell muss einmal komplett nach der MC-Methode abgetastet werden

Übertragen der am Modell erlernten Tasttechnik auf die eigenen Brüste

es müssen beide Brüste vollständig nach der MC-Methode, unter Anleitung der Trainerin abgetastet werden

Visuellen Inspektion (vor einem Spiegel Brüste)