



Frauen wurden in der Welt der Menschen mit Gerinnungsproblemen lange vernachlässigt. Denn obwohl die Hämophilie hauptsächlich Männer betrifft, können auch Überträgerinnen (Konduktorinnen) niedrige Faktorspiegel aufweisen. Darüber hinaus gibt es Gerinnungserkrankungen, die gleichermaßen an Männer und Frauen vererbt werden.

Gerade wenn es um frauenspezifische Themen geht, herrscht noch immer viel Aufklärungsbedarf. Studien haben gezeigt, dass sogar Frauen mit einem Faktorspiegel von 60 Prozent eine starke Blutungsneigung haben können, die sich besonders im gynäkologischen Bereich zeigt. Und auch wenn Ihr Kind von einer Gerinnungserkrankung betroffen ist, bringt das ganz eigene Herausforderungen mit sich. Wir möchten dabei helfen, dass Frauen mit Blutungserkrankungen bestmöglich informiert sind.

**Wir laden Sie herzlich ein zu unserem  
Wochenende für Konduktorinnen und  
Frauen mit Blutungserkrankungen  
vom 2. bis 4. Juni 2023  
im Wilhelm-Kempf-Haus in Wiesbaden-Naurod**

Wir möchten Frauen die Gelegenheit bieten, sich ein ganzes Wochenende nur um sich zu kümmern, sich zu informieren, zu entspannen und auszutauschen. Denn Gemeinschaft macht stark.

Seien Sie dabei. Wir freuen uns auf Sie. **Björn Drebing & Susanne Zech**



**DEUTSCHE HÄMOPHILIEGESELLSCHAFT**  
zur Bekämpfung von Blutungskrankheiten e.V.

**DHG**  
Überregional

# UNTERKUNFT

## Zimmer:

Es stehen Einzelzimmer mit jeweils eigener Dusche und WC zur Verfügung. Wenn Sie ein behindertengerechtes Zimmer benötigen, geben Sie dies bitte bei der Anmeldung an.

## Sonstiges:

Bettwäsche und Handtücher werden gestellt.

## Verpflegung:

Wir haben Vollpension gebucht. Allergien oder spezielle Ernährungswünsche bitte bei der Anmeldung angeben.

## Anfahrt:

Wilhelm-Kempff-Haus

Wilhelm-Kempff-Haus 1, 65207 Wiesbaden,  
www.wilhelm-kempff-haus.de

# INFORMATIONEN

## Anreise:

Ab 16.00 Uhr Zimmerbezug und um 18.00 Uhr gemeinsames Abendessen.

## Abreise:

Ein gemeinsames Mittagessen um 12.15 Uhr schließt am Sonntag die Veranstaltung ab.

## Bitte mitbringen:

Bequeme Kleidung und, wenn vorhanden, eine Yoga-Matte oder Decke.

# PROGRAMM

## Frauen mit Blutungserkrankungen

Frauen mit Blutungserkrankungen stoßen nicht nur bei ihren Mitmenschen, sondern auch bei vielen Ärzten noch immer auf Unverständnis. Umso wichtiger ist es, sich zu informieren. Frau Dr. Escuriola-Ettingshausen erläutert uns aktuelle Studien und Fragestellungen und nimmt sich im Anschluss auch noch Zeit für ganz persönliche Gespräche.

**Referentin:** Dr. med. Carmen Escuriola-Ettingshausen, Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin, HZRM Hämostasie Zentrum Rhein Main GmbH

## Stark durch den Tag!

Schnell werden persönliche Stärken zur Routine – und gehen gerne verloren!

Dabei helfen uns bewusste Stärken den Alltag besser zu meistern. Was haben persönliche Stärken mit der aktuellen Befindlichkeit im Alltag zu tun? Welche Stärken habe ich und wie können sie mir helfen, meine Befindlichkeit zu verbessern?

**Referentin:** Brigitte Dilkrath, Dipl. oec.troph. & NLP-Master-Coach, Gesundheitsforum Vluyn

## Cantienica®

Cantienica® ist ein Ganzkörperkonzept auf Basis einer Beckenbodenspannung. Im Training stehen Achtsamkeit, Atmung und die Anspannung der Tiefenmuskulatur im Vordergrund. Und weil sich ein Cantienica®-Workout individuell gestalten lässt, ist es für jeden Menschen geeignet – egal wie alt! Ältere Menschen können verloren geglaubte Bewegungs- und Schmerzfreiheit zurückgewinnen, die jüngeren können hingegen Haltungsschäden ausgleichen und vorbeugen.

**Referentin:** Barbara Seiler, Physiotherapeutin und Cantienica®-Trainerin

## Singen macht glücklich

Singen setzt Endorphin, Serotonin, Dopamin und Adrenalin frei und verbessert damit unseren Gefühlszustand. Schon nach dreißig Minuten Singen produziert unser Gehirn Oxytocin, das sogenannte Kuschel- oder Bindungshormon, das gegenseitiges Vertrauen fördert, Angst oder Stress abbaut und Bindungen stärkt. Der Oldenburger Musikwissenschaftler Prof. Gunter Kreuz fand heraus, dass besonders gemeinsames Singen das Wohlbefinden fördert sowie die Abwehrkräfte stärkt.

**Referentin:** Jutta Glaser, funktionale Stimm- und Atemtypen-Trainerin

## Geschwisterkinder im Familiensystem

Wir werden uns besonders der Frage widmen, wie die Situation der Geschwister der von einer Blutungserkrankung betroffenen Kinder ist.

Welche Auswirkungen ergeben sich für Kinder durch das Aufwachsen mit einem blutungserkrankten Geschwisterkind? Welche Bewältigungsstrategien und Ressourcen stehen ihnen zur Verfügung? Ergeben sich sogar Bereicherungen für die Geschwisterkinder, die in einer außergewöhnlichen Familie aufwachsen?

**Referent:** Kevin Koldewey, Sozialpädagoge (M.A.) Dipl.-Ing. (FH) Systemischer Therapeut und Berater (SG)

## Das Wochenende wird therapeutisch begleitet von

Kevin Koldewey, Sozialpädagoge (M.A.), Dipl.-Ing. (FH), Systemischer Therapeut und Berater (SG)

# KOSTEN

für DHG Mitglieder  
(und deren Angehörige):  
pro Person/Wochenende:  
für Nichtmitglieder:  
pro Person/Wochenende:

**99 EUR**

**139 EUR**

# ZU TEUER?

Wie immer steht ein Kontingent an durch die DHG bezuschussten Plätzen zur Verfügung. Bitte wenden Sie sich bei Bedarf an die Geschäftsstelle unter Telefon (0 40) 6 72 29 70. Dort ist man immer bemüht, allen die Teilnahme zu ermöglichen.

Die Anmeldung muss verbindlich bis zum 27. März 2023 vorliegen.  
Bitte per Post oder Mail an [susanne.zech@dhg.de](mailto:susanne.zech@dhg.de).