



# **Einladung Lichen-Tag**

**Samstag, 28. Oktober 2023**

**10.30 Uhr**

**Maternushaus Köln**

- 09.00 Uhr**      **Mitgliederversammlung**  
Die gesonderte Einladung folgt spätestens 4 Wochen vorher.
- 10.00 Uhr**      **Pause: Kaffee, Tee, herzhafte und süße Snacks**
- 10.30 Uhr**      **Eröffnungsvortrag Dr. med. habil Gudula Kirtschig**  
  
Neue Behandlungsleitlinie, Behandlungsschema Lichen sclerosus, Differentialdiagnosen – Frau Dr. Kirtschig ist federführend in der Überarbeitung der neuen Leitlinie. Sie ist Dermatologin im Santémed Gesundheitszentrum medbase in Frauenfeld/CH und Beirätin unseres Vereins.
- 11.00 Uhr**      **Fragen an Dr. med. habil Gudula Kirtschig**  
  
5 Minuten Pause zum Lüften
- 11:30Uhr**      **Dr. Julia Hecken**  
  
Alles zur Laserstudie in Herne, Ablauf von Laserbehandlungen, was sie leisten können, was aber auch nicht. Frau Dr. Hecken wirkt aktiv an der Studie in Herne bei Professor Clemens Tempfer mit.
- 12.00 Uhr**      **Fragen an Dr. Julia Hecken**
- 12:30 Uhr**      **Mittagessen: Leckerer Buffet, wahlweise auch vegetarisch**

## 14:00 Uhr Parallelworkshops

- **Junge Frauen – Dr. Johanna Fischer-Gödde**  
In diesem Workshop geht es um alle Fragen, die junge Frauen bewegen: Menstruation, Verhütung, Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett .... Frau Dr. Fischer-Gödde leitet die Dysplasie-sprechstunde im Franziskus-Hospital in Münster und unterstützt uns seit Jahren.
- **Blase und Harnröhrenaussgang – Dr. Irena Zivanovic**  
Frau Dr. Irena Zivanovic sammelt eure Beschwerden rund um die Blase und den Harnröhrenaussgang und hilft Euch mit wertvollen Tipps für den Alltag. Frau Dr. Zivanovic ist Leitende Ärztin Urogynäkologie im Blasen- und Beckenbodenzentrum sowie Leitende Ärztin Gynäkologie & Geburtshilfe im Kantonsspital Frauenfeld/CH und Beirätin unseres Vereins.
- **Beckenboden entspannen – Katrin Franke**  
In diesem Workshop erfahrt ihr, was ihr tun könnt, um euren Beckenboden mit einfachen Mitteln gezielt zu entspannen und so Schmerzen, auch in der Sexualität zu reduzieren. Anja Franke ist Inhaberin der Physio-Praxis „fit again“ in Köln und Spezialistin für Beckenbodentherapie.
- **Dehnen**  
Viele Frauen haben aufgrund des Lichens einen verengten Scheideneingang. Die Folgen sind Schmerzen und Einreißen beim Geschlechtsverkehr. In den meisten Fällen kann regelmäßiges Dehnen den Scheideneingang wieder weiten. Helga und Herta zeigen euch, wie es geht.

## 14:00 Uhr Parallel zu den Workshops - Moderierter Austausch und Vernetzung - kostenlos

Für alle diejenigen die an keinem der Workshops teilnehmen, besteht die Möglichkeit sich kennenzulernen, auszutauschen und zu vernetzen. Wir unterstützen Euch dabei. Vielleicht bildet sich sogar die eine oder andere Austauschgruppe?

## 15.30 bis 16:30 Uhr Ausklang bei Kaffee und Kuchen

### Kosten:

Der Vormittag kostet 40,- Euro, die Workshops 10,- Euro. Nach der Anmeldung über unser Online-Anmeldeformular wird der Betrag über eure IBAN-Nummer abgebucht. Es gelten unsere Geschäfts- und Stornobedingungen.