

**LHRM Rüsselsheim: 1. Multiples Myelom-Treffen 2018 im Januar /  
25. Januar 2018 im Hotel-Restaurant Eichsfeld, Stadthalle Rüsselsheim**

**Thema: Ernährung und Bewegung bei Multiplem Myelom/Plasmozytom  
Referent: Olav Heringer, Hämatologe im Medicum in Wiesbaden**

Insgesamt konnten an diesem Abend von der Vorstandsvorsitzenden der LHRM – Anita Waldmann – und einem der beiden Leiter der MM-Gruppe – Michael Hess – mehr als 20 Teilnehmer (Patienten und Angehörige) begrüßt werden.

Nachdem die Besucher des MM-Treffens eine Kleinigkeit zum Abendessen zu sich genommen hatten und der erste Gesprächsaustausch erfolgte, wurde auch der Referent des Abends – Herr Olav Heringer (Hämatologe in einer Gemeinschaftspraxis im Medicum in Wiesbaden; siehe nachfolgenden Internet-Link) auf das Herzlichste begrüßt. Das Thema des Abends lautete „Ernährung und Bewegung bei Multiplem Myelom/Plasmozytom.

[http://www.medicum-wiesbaden.de/facharztzentrum/cnt/fa\\_haematologie\\_onkologie.php](http://www.medicum-wiesbaden.de/facharztzentrum/cnt/fa_haematologie_onkologie.php)

Herr Heringer hielt einen stets lebendigen, sowie überaus unterhaltsamen Vortrag, der alle möglichen Punkte rund um die Ernährung und Bewegung bei einem Multiplen Myelom umfasste. Zwischenfragen wurden umgehend und mit großer Fachkompetenz beantwortet und oftmals wurden sehr intensive Denkanstöße - gerade was die individuelle Bewertung und der Umgang bzw. Selbstreflexion mit dem einen oder anderen Punkt auf sich selbst anbetraf - gegeben. Es wurde sowohl auf die Situation von Patienten in einer Remission, als auch in aktueller Therapie befindlicher Patienten intensiv eingegangen. Darüber hinaus stand Herr Heringer noch lange nach seinem Vortrag für Fragen und Gespräche zur Verfügung. Sein Vortrag kann auf der Webseite der LHRM Rüsselsheim nachgelesen und downgeloadet werden (siehe nachfolgenden Internet-Link).

[http://www.leukaemihilfe-rhein-main.de/files/pdf/aktuelles/olav\\_heringer -  
\\_ernaehrung\\_beim\\_multiplen\\_myelom.pdf](http://www.leukaemihilfe-rhein-main.de/files/pdf/aktuelles/olav_heringer_-_ernaehrung_beim_multiplen_myelom.pdf)

Das nächste Gruppentreffen der MM-Gruppe wird am letzten Donnerstag im Monat April stattfinden. Wir bitten darum, dass sich alle interessierten Patienten/Patientinnen und Angehörige diesen Termin schon jetzt vormerken. Wir freuen uns immer über eine große Teilnahme und Beteiligung.

gez. Michael Hess