

## PCOS-Selbsthilfegruppe

Bist du auch von PCOS betroffen? Dann weist du, dass dies ein Leben mit einem gestörten Hormonhaushalt, Übergewicht, männlicher Körperbehaarung, Haarausfall, Akne und unregelmässiger bis ausbleibender Monatsblutung



bedeutet. Die meisten betroffenen Frauen leiden zudem an einem schwer erfüllbaren Kinderwunsch und die Spätfolgen der Erkrankung stellen häufig ebenfalls eine grosse Belastung dar.

Doch das Krankheitsbild PCOS wird nicht nur durch die körperlichen Beschwerden geprägt. Vor allem die vermehrte Körperbehaarung, das Übergewicht und die Unfruchtbarkeit haben deutliche Auswirkungen auf psychosozialer Ebene mit massiven Einschränkungen im Bereich der Lebensqualität, der Lebenszufriedenheit und der Sexualität.

In der Selbsthilfegruppe erleben wir in einem vertraulichen Rahmen Verständnis und Solidarität. Wir tauschen Erfahrungen und Informationen zu Behandlungsmöglichkeiten aus und entwickeln Strategien, wie wir mit den Symptomen und mit unseren Gefühlen im Alltag umgehen können.

Fühlst du dich angesprochen und möchtest der PCOS-Selbsthilfegruppe beitreten? Informationen erhältst du beim:

**selbsthilfecenter.ch**

Das Selbsthilfezentrum der Stiftung Pro offene Türen der Schweiz

**Jupiterstrasse 42, 8032 Zürich, Tel: 043 288 88 88**

**selbsthilfe@selbsthilfecenter.ch, [www.selbsthilfecenter.ch](http://www.selbsthilfecenter.ch)**