

## Jahresbericht 2015

### 1 Tätigkeiten



im Jahr 2015 konnten wir mit insgesamt 36 Sessions (Nachmittag mit Schminken durch professionelle Make up Artists und anschließendem Fotoshooting) insgesamt für 168 Personen den Wunsch nach Teilnahme erfüllen.

An diesen Nachmittagen werden zwei Make ups geschminkt, zuerst ein sehr natürliches Make up mit ausführlichen Erklärungen, wie man die besonderen Probleme verursacht durch Chemotherapie wie z. B. fehlende Wimpern und Augenbrauen, Augenringe, Blässe, Rötungen kaschieren kann. Im Anschluss daran ist Kreativität gefragt, Wünsche sollen erfüllt werden, ob Smokey Eyes, Regenbogenaugen, Glitzer etc. passend zu frei gewählten Outfits unter Zuhilfenahme unseres Fundus mit bunten Perücken, Kleidern, Stoffen, Modeschmuck und vielen zusätzlichen Accessoires.

Nach beiden Durchgängen werden die Teilnehmer fotografiert, alle Fotos erhalten sie in den nächsten Tagen online. Die TN dürfen jeweils drei Fotos aussuchen, die dann vom Fotografen noch nachbearbeitet werden.

Somit entstanden 2015 für 168 Teilnehmer insgesamt 504 hochwertig nachbearbeitete Fotos.

In unserer Zweigstelle Heidelberg konnten bei 5 Sessions mit identischem Ablauf insgesamt 20 Betroffene teilnehmen.

Die Teilnehmer (meist Frauen) erhalten an diesen Nachmittagen hochwertige Basisschminkpakete mit Produkten, die wir durch "Lilly meets Lola" zum Einkaufspreis beziehen, können, sowie einen Nachdruck des Make up Manuals von Sandra Kader. Die Kosten für diese Schminkpakete belaufen sich momentan auf ca. 50 Euro pro Stück.

Unsere Teilnehmer kommen zwar hauptsächlich aus Bayern bzw. München, eine steigende Anzahl mittlerweile aber aus dem ganzen Bundesgebiet einschl. der angrenzenden Länder wie Frankreich, Holland, Österreich.

Bei 5 Sessions in Kooperation mit KONA München (Koordinationsstelle psychosoziale Nachsorge für Familien mit an Krebs erkrankten Kindern) [www.krebskindernachsorge.de](http://www.krebskindernachsorge.de) konnten wir Fotos mit 22 Jugendlichen machen, bei zwei Terminen in der BMW Welt entstanden ganz besondere Bilder, da dieses Angebot vor allem für männliche Jugendliche gedacht war.



Ein zusätzlicher Termin mit KONA wurde im November als Fotoworkshop für 10 Jugendliche angeboten, die an diesem Nachmittag, begleitet von 2 Fotografen im Freien und unter Studiobedingungen mit Blitzanlage, Basiswissen im Umgang mit digitaler Spiegelreflexfotografie vermittelt bekamen. Ein Schwerpunkt lag auch hier auf Portraits durch gegenseitiges Fotografieren.

Da wir durch Anna Richard, Studentin der Psychologie, die Möglichkeit zu einer kleinen wissenschaftlichen Evaluationsstudie angeboten bekamen, wurden Anfang 2015 in Kooperation mit der Uni Salzburg/ Fachbereich Psychologie / Prof. Dr. Frank Wilhelm und dem Brustzentrum der LMU München/ Prof. Dr. Nadia Harbeck, gezielt Termine für diese Durchführung geplant.

Da die Randbedingungen für diese insgesamt 7 Sessions möglichst identisch sein sollten, musste sich der durchführende Fotograf für alle Termine vorab verpflichten, ebenso für einen festen zeitlichen Ablauf entsprechend den Vorgaben in Bezug auf die Versendung und Bearbeitung der Fotos. Da diese wichtige Aufgabe der Leiter unserer Fotografengruppe, Michael Baierl, selbst übernahm, der zudem eine weite Anfahrt aus Ludwigsthal zu leisten hat, wurde im Vorstand beschlossen, das angebotene Honorar in diesem Fall von 100 Euro pauschal pro Nachmittag auf 300 Euro Pauschale zu erhöhen.

Dies erklärt, zusammen mit den erforderlichen 7 zusätzlichen Studien-Sessions, die deutlich höheren Ausgaben im ersten Halbjahr 2015.

Die Ergebnisse dieser wissenschaftlichen Studie werden im Augenblick gerade allgemeinverständlich aufgearbeitet, zeigen aber einen sehr deutlichen positiven Effekt z. B. auf Depression durch die Intervention (Nachmittag mit Schminken und Fotoshooting).

Das englische Abstract der Vorstellung beim 15. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Verhaltensmedizin und Verhaltensmodifikation durch Anna Richard befindet sich im Anhang.

Durch die Teilnahme an öffentlichen Veranstaltung wie dem Brustkrebsinfotag der LMU im März 2015, dem Krebsinformationstag der LMU im September 2015, sowie dem Infotag des Brustzentrums Deggendorf im Oktober 2015 können wir uns nicht nur bei Betroffenen, sondern auch bei Ärzten, Breast Nurses und Psychoonkologen bekannter machen.

Auch an diesen Tagen können an unserem Infostand Betroffene geschminkt werden und erhalten durch Sofortausdruck ihr Foto, das von einem Fotografen mit Hilfe unseres mobilen Fotostudios erstellt wird.



Bildkollage: Brustkrebsinfotag der LMU, Campus Großhadern

Durch Aufzeichnungen für Fernsehbeiträge wie z. B. WDR /Frau TV (April 215), ARD /Brisant (August 2015), BR / Abendschau oder BR / "Gesundheit" (Dezember 2015) konnten wir unsere Arbeit auch 2015 wieder einem größeren Publikum vorstellen.

(teilweise zu sehen auf unserem Recover your smile Youtube Channel:

<https://www.youtube.com/user/RecoverYourSmile> )

## 2015

	Sessions gesamt	Sessions Studie	TN gesamt	TN Studie	TN KONA	Sessions Heidelberg	TN Heidelberg	TN (Hausbesuch) palliativ
Januar	2		9			1	3	
Februar	1		6					
März	5	3	21	12		1	3	
April	5	1	21	7	5			1
Mai	3	1	18	7		1	5	
Juni	3	1	17	7	5			
Juli	3	1	15	8	3			
August	3		13		5			
September	1		6					
Oktober	2		10			1	4	
November	3		16			1	5	
Dezember	4		16		4			1
<b>Gesamt</b>	<b>36</b>	<b>7</b>	<b>168</b>	<b>41</b>	<b>22</b>	<b>5</b>	<b>20</b>	<b>2</b>

zusätzlich 1 Fotoworkshop KONA mit 10 Teilnehmern im November

TN= Teilnehmer

## 2. Spenden

Durch die Aktion **Deutschlands Herzschlag / Stern.de / Sparda Bank**, eine Sachspendenaktion (im Wert von 6000 Euro) konnten wir im März 2015 eine hochwertige mobile Blitzleuchte, Perücken, eine Videokamera sowie Gutscheine für einen Münchner Kostümverleih erhalten.



Bild: Barbara Stäcker, Christine Miedl /Sparda Bank mit Teilnehmerin

Eine weitere große Unterstützung erhielten wir durch den Gewinn- und Sparverein der Spardabank München im Sommer 2015 mit 10.000 Euro.

Die Ernst-Jacob-Henne-Stiftung spendete im November 2015 die Summe von 5000 Euro.

Zu den Spendern mit Beträgen über 200 Euro gehören:

Sigrid Eck, Stephanie Wellnitz, Wellnitzarchitekten, GPH Veranstaltungsagentur, Jana Richter, Clarissa Dorn, Maria Weiss, Microsoft GmbH, Otto Knödseder, KONA Kinderkrebshilfe, Monika Zell, Peter Schaaf, Beate Doss, Dirk und Angelika Püllen, HC+P Heise Consult, Bettina Kling, Dr. Christoph Seitz, Christian Kuemmel, Anna Richard.

Sammelspendenaktionen der Sobi Getränkemärkte in Neusäß, Donauwörth und Lechhausen, sowie Point Vital, München, beim Richtfest der Familie Rose, sowie diversen Geburtstagen sorgten für größere Beträge.

Viele weitere Firmen und Privatpersonen, die hier nicht namentlich aufgeführt werden, haben uns 2015 tatkräftig finanziell mit Einzelbeträgen oder monatlichen Überweisungen unterstützt.

Ein großes DANKE im Namen des gesamten Recover your smile Teams an alle Spender !!

### 3. Räumlichkeiten

Im Sommer des Jahres 2015 musste unser enger Kooperationspartner, die Schminkschule "Lilly meets Lola", leider die Räume in der Sendlinger Straße wegen Umbau/Renovierung und anschließender Neuvermietung verlassen. Unseren dortigen eigenen Fundusraum mussten wir räumen und radikal verkleinern. Die wunderschönen, ideal geeigneten hohen Räume mit Schminkplätzen und -spiegeln stehen uns seitdem leider nicht mehr zur Verfügung. Die neuen Räume der Schminkschule in der Kirchenstraße sind deutlich kleiner und daher für unsere Sessions nicht sinnvoll nutzbar.



Impressionen Nana-Recover your smile in der Schminkschule "Lilly meets Lola"

Seit dieser Zeit suchen wir nach einer dauerhaften Möglichkeit, um unsere Schmink- und Fotoworkshops an den Wochenenden durchführen zu können, idealerweise kombiniert mit einem abschließbaren kleinen Raum, um unseren Fundus dauerhaft nahe aufbewahren zu können.

Im Augenblick ist unser Fundus auf Mobilität ausgelegt und wir nutzen seit Sommer 2015 diverse Räume für unsere Nachmittage. Manche können wir kostenfrei nutzen, für andere müssen wir Raummiete bezahlen, teilweise jedoch vergünstigt.

Im zweiten Halbjahr 2015 waren dies:

- Praxisräume Dr. Christoph Seitz, München-Solln (kostenfrei)
- Windfall GmbH, Showroom (kostenfrei)
- Beauty Connection, Seminar- und Kosmetikräume (normaler Tagessatz)
- Schloss Kempfenhausen (50 % iger Tagessatz)
- Qi Gong Seminarhaus Gronsdorf (kostenfrei)
- Büroräume KONA (kostenfrei)

München, im Mai 2016

Barbara Stäcker, Aufsichtsratsvorsitzende Nana-Recover your smile e. V.

Anhang: Abstract (englisch) der Evaluationsstudie

# "Recover your smile" – An evaluation of a short-term, psychosocial intervention in breast cancer patients

## BACKGROUND

- Medical cancer treatment is often accompanied by appearance-related side effects (e.g., hair loss, skin irritation, paleness), affecting social and psychological well-being [1], and may promote nonadherence to treatment [2].
- Chemotherapy induced alopecia is associated with a decrease in health-related quality of life [3], especially in patients with higher distress [4] and younger patients [5].
- Initial evidence suggests that psychosocial interventions (i.e., beauty care) during the early stages of cancer may reduce depressive symptoms, and improve body image and quality of life [6, 7].
- To date, no study investigated the effects of a beauty care workshop in a randomized controlled trial and, therefore, it was tested whether depressive symptoms and quality of life would be improved in breast cancer patients (compared with a wait-list control).

## METHODS

- $n = 37$  breast cancer patients undergoing chemotherapy were recruited through the Breast Centre Munich (see flowchart in Fig. 2)
- Stratifying for age and depression, patients were randomly assigned either to an immediate intervention group (IG) or a wait-list control (WL), with a waiting period of 4 weeks (Fig. 1)
- The intervention consisted of two elements:
  - Session 1: 4-hour group make-up workshop and photo shoot (S1; Fig. 3)
  - Session 2: receiving professionally edited portrait-/upper body-photos by email (S2)
- Questionnaires assessing trait-level depression [8] and quality of life [9] were administered at 4 (for IG) and 6 (for WL) measurements

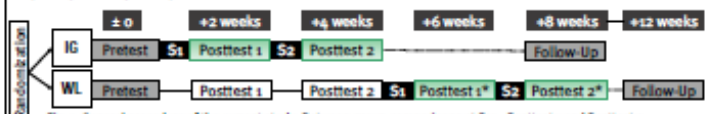


Fig. 1. General procedure of the current study. Between-group-comparisons at Pre-, Posttest 1 and Posttest 2. Posttests marked by an asterisk were only considered for within-comparisons.

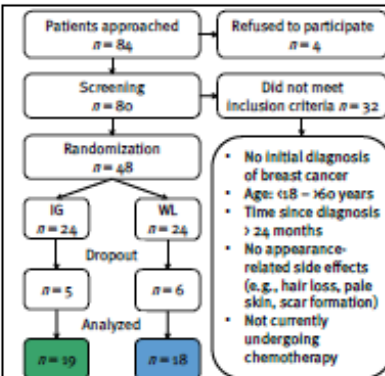


Fig. 2. Flow of participants.



Fig. 3. Procedure of Session 1. Adherence was checked by questionnaire to ensure compliance and standardized session procedures.

Table 1. Sample characteristics with means (SD) and frequencies (%) of immediate intervention group ( $n = 19$ ) and wait-list control ( $n = 18$ ).

	IG	WL
Time since diagnosis (months)	12.9 (5.9)	16.0 (6.3)
Age (years)	40.6 (11.7)	37.0 (9.5)
PHQ-2 (Screening)	1.9 (0.9)	2.4 (1.3)
Chemotherapeutic cycle	2.0 (2.5)	2.6 (3.2)
Tumor size		
pT1: < 2 cm	7 (36.8%)	7 (38.9%)
pT2: 2 – 5 cm	11 (57.9%)	10 (55.6%)
pT3: > 5 cm	1 (5.3%)	1 (5.6%)
Lymph node status		
pN0: negative	9 (47.4%)	12 (66.7%)
pN1: 3 lymph nodes	6 (31.6%)	5 (27.8%)
pN2: 4 – 9 lymph nodes	3 (15.8%)	1 (5.6%)

Notes. No significant differences between groups. PHQ-2, Patient Health Questionnaire [11] to screen for depressive symptoms; pT, primary tumor; pN, pathology of regional lymph nodes.

## RESULTS

### Immediate psychological effect within Session 1:

There was a decrease of depressive symptoms measured by the State-Trait Depression Scales [10] from the beginning ( $M = 20.2$ ,  $SD = 4.9$ ) to the end of Session 1 ( $M = 15.1$ ,  $SD = 3.3$ ),  $t_{(30)} = -5.128$ ,  $p < .001$ ,  $d = -1.25$ .

### Effect of the Intervention:

- Groups did not differ in any measure before treatment.
- Regarding **trait depression**, there was a Group  $\times$  Time Interaction,  $F_{(1,27)} = 4.81$ ,  $p = .035$ ,  $\eta_p^2 = .15$ , indicating that only participants of IG reported less depressive symptoms pre- to post1,  $t_{(18)} = -2.36$ ,  $p = .030$ ,  $d = -0.51$  (Fig. 4A).
- Regarding **breast-cancer-related quality of life**, there was a Group  $\times$  Time Interaction,  $F_{(1,27)} = 5.52$ ,  $p = .025$ ,  $\eta_p^2 = .15$ , indicating that only participants of IG reported higher quality of life pre- to post1,  $t_{(18)} = 2.85$ ,  $p = .011$ ,  $d = 0.35$  (Fig. 4B).
- Posttest 2 (at 4 weeks) and Follow-Up (at 8 weeks) indicated moderate stability of effects (see effect sizes and broken green line in Fig. 4A and 4B).

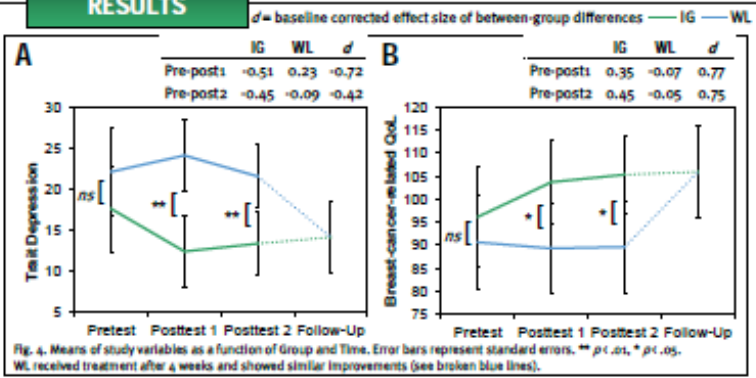


Fig. 4. Means of study variables as a function of Group and Time. Error bars represent standard errors. \*\*  $p < .01$ , \*  $p < .05$ . WL received treatment after 4 weeks and showed similar improvements (see broken green lines).

## CONCLUSION

- To our knowledge, this study represents the first randomized controlled trial examining the effectiveness of a beauty care intervention in breast cancer patients.
- Results show that participation in a group makeup-workshop and receiving the edited photos (Session 2, at 3 weeks after Session 1) decrease patient's depressive symptoms and increase self-reported, breast-cancer-related quality of life (compared to pretest and compared to WL, respectively).
- Results support the use of this type of brief, low-cost psychosocial intervention in women undergoing medical breast cancer treatment to improve their well-being.

## REFERENCES

[1] White, C.A. *Psycho-Oncology* 2000;9:183-192.  
 [2] Magal, C., et al. *J Womens Health* 2007;16(1):11-23.  
 [3] Lemieux, J., et al. *Psycho-Oncology* 2008;17(4):317-328.  
 [4] Choi, E.K., et al. *Psycho-Oncology* 2014;23(10):1103-1110.  
 [5] Miller, S.J., et al. *Palliat Support Care* 2014;12(5):363-367.  
 [6] Taggart, L.R., et al. *J Cancer Educ* 2009;24(2):94-99.  
 [7] Quintard, B., et al. *Psycho-Oncology* 2008;17:1032-1038.  
 [8] Hautzinger, M., et al. 2012; Göttingen: Hogrefe-Verlag.  
 [9] Brady, M.J., et al. *JCO* 1997;15(3):974-986.  
 [10] Spaderna, H., et al. *Diagnostica* 2002;48(2):80-89.  
 [11] Kroenke, K., et al. *Medical Care* 2002;40(11):1284-1292.

**Acknowledgments**  
 We would like to thank "Mama – Recover Your Smile e.V." for their substantial contribution and support throughout this study.  
 More detailed information: [www.recoveryoursmile.org](http://www.recoveryoursmile.org) or scan QR code



\*Contact: [anna.richard@sbg.ac.at](mailto:anna.richard@sbg.ac.at)