

Kalenderwoche 38/2019 - Schrittzähler

Schrittzähler

Viel Bewegung ist wichtig für die Gesundheit. Auch bei bereits bestehender Prostatakreberkrankung kann sich körperliche Aktivität positiv auswirken. Vielen Patienten fällt es jedoch schwer, sich zu mehr körperlicher Aktivität zu motivieren und mehr Bewegung in den Alltag zu integrieren. Die Studien dieser Woche zeigten, dass Schrittzähler diesbezüglich hilfreich sein können.

Hier die Studien im Detail:

- [Schrittzähler motivieren zu mehr Sport](#)
- [Schrittzähler könnten eine gute Investition für Krebsüberlebende sein](#)