

## Körperliches Training bei Prostatakrebs

### **Studie untersucht Einfluss eines hochintensiven Ausdauer- und Krafttrainings auf Überlebensfähigkeit von Prostatakrebspatienten**

Köln, 7. Juni 2018

**Sport und Bewegung helfen nicht nur, Krebserkrankungen vorzubeugen. Zahlreiche Studien konnten bereits für verschiedene Krebsarten zeigen, dass Patientinnen und Patienten auch während der Therapie von körperlicher Aktivität profitieren können. Die Abteilung Molekulare und Zelluläre Sportmedizin der Deutschen Sporthochschule Köln ist nun an einer der weltweit größten internationalen Studien zum Prostatakrebs beteiligt.**

Der Global Action Plan 4 (GAP4) ist eine klinische 1:1 randomisierte Studie für Männer mit metastasiertem, kastrationsresistentem Prostatakrebs. GAP4 ist die weltweite erste und zugleich größte Studie mit Prostatakrebspatienten, deren Hauptaugenmerk auf der Überlebensfähigkeit der Patienten liegt. Die Untersuchung widmet sich der Frage, ob ein hochintensives Ausdauer- und Krafttraining mit zusätzlichem psychosozialen Support die Gesamtüberlebensdauer der Patienten im Vergleich zu reinem psychosozialen Support verbessert.

Weltweit sollen insgesamt 866 Männer über eine Dauer von drei Jahren in die Studie eingeschlossen werden. Die Studienzentren in Australien, Nordamerika und Europa sollen dabei jeweils mindestens 45 Patienten rekrutieren. Am Kölner Standort arbeitet die Deutsche Sporthochschule Köln mit der Uniklinik Köln zusammen; es ist das einzige deutsche Untersuchungszentrum. Die Studienkontrollzentren befinden sich an der Edith Cowan University Western Australia in Perth, Australien, und an der University of California in San Francisco, USA. Gefördert wird die Studie von der Movember Foundation, die sich weltweit für die Männergesundheit einsetzt.

„Zusätzlich zu ihrer medizinischen Therapie erhalten die Patienten ein zweijähriges, individuell abgestimmtes Trainingsprogramm und psychosozialen Support. In zusätzlichen Follow-Ups wird dann die Nachhaltigkeit des Trainings bezogen auf Lebensqualität und Überlebensdauer überprüft“, erklärt Dr. Moritz Schumann, der zusammen mit Univ.-Prof. Dr. Wilhelm Bloch die Studie am Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin der Deutschen Sporthochschule Köln betreut. „Bei einer mittleren Lebenserwartung der einzuschließenden Patienten von zirka 2,5 Jahren können so sehr gut die Effekte auf das Überleben überprüft werden“, skizziert Schumann das Untersuchungsziel.

Die Studie setzt sich aus einer Interventions- und einer Kontrollgruppe zusammen; die Intervention beläuft sich auf 24 Zyklen (28 Tage pro Zyklus). Alle Patienten erhalten zunächst eine Spiroergometrie mit Belastungs-EKG, die in einem festgelegten Rhythmus wiederholt wird. Patienten, die der Interventionsgruppe zugewiesen werden, führen zusätzlich monatlich einen submaximalen Ausdauer- und Krafttest durch. Weiterhin werden mit allen Patienten Testungen der Maximalkraft, der Laufgeschwindigkeit über 400m sowie umfangreiche Blutanalysen zu Beginn und im weiteren Verlauf der Studie durchgeführt.

Patienten in der Interventionsgruppe erhalten regelmäßiges, supervidiertes körperliches Training, beginnend mit dreimal wöchentlich im ersten Zyklus bis hin zu einmal monatlich in den späteren Zyklen. Hierbei wird im Training bei der Übungsauswahl insbesondere auf die Knochenmetastasen

Rücksicht genommen. Die Patienten werden im Rahmen der Studie geschult, sodass sie das Training nach und nach selbstständig durchführen können.

Die Teilnahme an der Studie ist kostenfrei. Für weitere Informationen zu den Ein- und Ausschlusskriterien können Sie die Studienleiter per E-Mail kontaktieren: [gap4@dshs-koeln.de](mailto:gap4@dshs-koeln.de)