

Onkologischer Rehasport auf Rezept am UKR

Ab sofort können Krebspatienten im Rahmen des „Fit For Cure“-Programms in der Physiotherapie des Universitätsklinikums Regensburg (UKR) am onkologischen Rehasport teilnehmen. Das ausgewogene Fitness-Workout kann durch den Onkologen oder Hausarzt verordnet werden. Ermöglicht wird das „Fit For Cure“-Programm durch die Leukämiehilfe Ostbayern, die auch an der Entwicklung maßgeblich beteiligt war.

Fitness und Sport sind gut. Was für einen gesunden Körper gilt, gilt umso mehr auch für einen Körper, der mit einer schweren Erkrankung zu kämpfen oder diese gerade überwunden hat. Mit dem Baustein Rehasport des sporttherapeutischen Programms „Fit For Cure“ spricht die Physiotherapie des UKR gezielt Menschen an, die sich gerade von einer Krebserkrankung erholen. „Gerade für einen geschwächten Körper ist es wichtig, dass er wieder zu Kräften kommt. Denn ein starker Körper unterstützt die Gesundung enorm“, erklärt Sebastian Meier, Leiter der Physiotherapie des UKR. Das Programm „Fit For Cure“ wird seit Anfang letzten Jahres für onkologische Patienten des UKR angeboten. Ein Teil davon, der onkologische Rehasport, wird nun als Kassenleistung getragen und steht daher seit Juli 2019 allen Betroffenen nach ärztlicher Verordnung offen. Für Anmeldungen und weitere Informationen steht die Physiotherapie des UKR telefonisch unter 0941 944-6890 zur Verfügung.

Keine Rezeptzahlung für Patienten nötig

Das Rezept für den Rehasport können sich die Patienten direkt von ihrem Hausarzt oder Onkologen ausstellen lassen. „Wir haben festgestellt, dass auch niedergelassene Ärzte verstärkt auf Rehasport zur Genesung ihrer Patienten zurückgreifen. Aus diesem Grund haben wir diesen Bestandteil des Programms ‚Fit For Cure‘ nun zusammen mit der Leukämiehilfe Ostbayern weiter ausgebaut. Besonders an unserem Angebot ist, dass das Rezept das Arztbudget, anders als bei einer Krankengymnastik, nicht belastet und der Patient daher keine Rezeptzahlung leisten muss“, so Meier.

Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit wird trainiert

Jeweils 45 Minuten dauert der Kurs, in dem die Teilnehmer gezielt einzelne Körperzonen trainieren. Dabei decken die Übungen sämtliche Bereiche wie Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit ab. „Die Patienten sollen schon ein wenig gefordert werden. Wir machen hier keine Sitzübungen, sondern ein richtiges Sportprogramm“, erklärt Sebastian Meier. Als Sportgerät dient in den meisten Fällen der eigene Körper, da viele Übungen mit dem Eigengewicht als Widerstand auskommen. Hinzu kommen Kleingeräte wie Therabänder, Bälle oder Hanteln. Ganz wichtig ist dem Physiotherapeuten, dass die Patienten neben dem medizinischen Nutzen auch Spaß an der Bewegung haben. Dabei helfen Ballspiele, Aerobic-Übungen und auch gezielte Übungen für die jeweiligen Muskelgruppen.

Geeignet ist das Programm übrigens für Patienten jeden Alters, sofern diese nicht unsicher auf den Beinen und sturzgefährdet sind. Sebastian Meier erläutert: „Von unserem Physiotherapeuten-Team ist permanent jemand anwesend und überprüft, ob die Teilnehmer die Übungen richtig ausführen und auch, um zu helfen, aber selbständig und sicher vom Liegen auf einer Matte zum Stehen zu kommen, sollte jeder Teilnehmer können.“

Auch wenn der onkologische Rehasport eben erst etabliert wurde, plant Meier mit seinem Team schon weiter. „Wenn alles wie geplant läuft, dann können wir neben der normalen Krankengymnastik und dem onkologischen Rehasport ab Herbst auch einen orthopädischen Rehasport als ambulante Leistung bei am UKR anbieten.“

Versorgung ermöglichen, wo die Regelversorgung Grenzen setzt

„Patienten mit Tumorerkrankungen können durch ein gezieltes Sportprogramm ihre Lebensqualität steigern, sich fit für den Alltag machen und ihre Genesung aktiv beeinflussen. Gerade bei solchen schweren Erkrankungen ist es für Patienten wichtig, jede sich bietende Chance nutzen zu können“, erläutert Professor Dr. Reinhard Andreesen, Vorsitzender der Leukämiehilfe Ostbayern e.V., seine Beweggründe, das Sportprogramm „Fit For Cure“ finanziell und konzeptionell zu unterstützen. Der am UKR ansässige Förderverein finanziert bereits seit neun Jahren am UKR eine Sportgruppe speziell für Krebspatienten im geschützten Raum der Physiotherapie. Mit „Fit For Cure“ wurde das Sportprogramm im letzten Jahr weiter ausgebaut, so dass alle ambulanten onkologischen Patienten des UKR Zugang zu einem speziell auf sie zugeschnittenen Sportprogramm erhalten. Die Trainingsziele sind dabei so unterschiedlich wie die Teilnehmer selbst. Sie reichen von der Schmerzlinderung über eine bessere Fitness für den Wiedereinstieg in den Job bis hin zum Erklimmen eines Berggipfels. Daran, den onkologischen Rehasport als Teil des „Fit For Cure“-Programms als Kassenleistung anbieten zu können, wurde bereits seit Implementierung des onkologischen Sportprogramms gearbeitet.

„Fit For Cure“ ist ein Beispiel für zahlreiche Projekte, die von der Leukämiehilfe Ostbayern seit dem Jahr 2000 initiiert und weiterentwickelt wurden – immer mit dem Ziel, die Versorgung von Patienten und Angehörigen zu verbessern. So wurden viele Leistungen wie beispielsweise die psychoonkologische Betreuung, die heute Teil der regulären Versorgung sind, erst durch den Förderverein möglich.

[> Pressemitteilung als PDF-Download](#)