

Spezialisierte Bewegungstherapeuten finden

Onkologische Trainings- und Bewegungstherapie

Neues Online-Tool für Krebspatienten

Bewegung kann die Krebstherapie positiv unterstützen und Nebenwirkungen lindern – das ist heute wissenschaftlich erwiesen. Seit 2015 werden am [Centrum für Integrierte Onkologie \(CIO\) der Uniklinik Köln](#) Fortbildungen zum onkologischen Bewegungstherapeuten angeboten. Mit einem neuen [Online-Tool](#), welches das CIO nun auf seiner Internetseite eingebettet hat, können Krebspatienten jetzt spezialisierte Sport- und Physiotherapeuten in Deutschland, Österreich, Italien und der Schweiz in der Nähe ihres Wohnorts finden.

Während einer Chemotherapie können Patienten zum Beispiel über ein moderates Ausdauertraining Nebenwirkungen wie Übelkeit oder Erschöpfung positiv beeinflussen. Auch die Polyneuropathie, eine Nervenschädigung an Händen oder Füßen, kann durch gezielte sensomotorische Übungen oder ein Vibrationstraining gelindert werden. „Diese speziellen Bewegungsinterventionen helfen Krebspatienten häufig sogar nachweislich besser als eine erneute Medikamentengabe“, sagt Sportwissenschaftler PD Dr. Freerk Baumann, Leiter der Arbeitsgruppe Onkologische Bewegungsmedizin. Er erforscht gemeinsam mit Priv.-Doz. Dr. Thomas Elter, Facharzt für Innere Medizin, Hämatologie und Onkologie an der Uniklinik Köln. Beide forschen seit 20 Jahren zu den Zusammenhängen von Krebs und Bewegung.

2012 ist aus einer langjährigen Zusammenarbeit mit der Deutschen Sporthochschule Köln ein eigenes Trainingsangebot speziell für Krebspatienten – die Onkologische Trainings- und Bewegungstherapie (OTT) – an der Uniklinik Köln entstanden. Das Training der Patienten wurde wissenschaftlich begleitet und es wurde deutlich, dass die Therapien sehr individuell auf die körperlichen Fähigkeiten, Ziele und das Krankheitsbild der Krebspatienten zugeschnitten sein müssen.

Aus diesem viel beachteten Forschungsprojekt sind gezielte Bewegungsprogramme entstanden, die auch im Rahmen von einwöchigen Fortbildungen an Ärzte, Sportwissenschaftler/Sporttherapeuten und Physiotherapeuten vermittelt werden. Die Ausbildung ist empfohlen und anerkannt von der „Arbeitsgemeinschaft Supportive Maßnahmen in der Onkologie“ (AGSMO) – eine Arbeitsgemeinschaft der Deutschen Krebsgesellschaft.

„Wir füllen mit diesem Angebot eine Versorgungslücke. Bewegung und Krebs ist ein noch junges Forschungsgebiet und es gibt nur wenige Sport- und Physiotherapeuten, die sich wirklich gut damit auskennen. Da es weltweit aber immer mehr Forschung dazu gibt, bieten wir neben der einwöchigen Fortbildung bereits auch Auffrischkurse für unsere Absolventen an“, sagt Priv.-Doz. Baumann.

Interessierte Patienten finden auf der Webseite des CIO eine Landkarte mit mehr als 70 Absolventen aus Deutschland und angrenzenden Ländern. Die Landkarte ist für die Anzeige auf mobilen Endgeräten wie Smartphones oder Tablets optimiert.

[Online-Tool und weitere Informationen](#)