

Bewegung und Sport – eine potenziell unterschätzte Supportivtherapie für erwachsene onkologische PatientInnen während ambulanter Chemo- und/oder Bestrahlungstherapie

Diplomarbeit Denise Mischler März 2010



Praxisproblem und....

- Relevanz für ambulante onkologische PatientInnen
- Relevanz aus ärztlicher Sicht
- Relevanz aus pflegerischer Sicht

Methodisches Vorgehen

□ Literaturrecherche

- Speck, R.M. et al. (2010) . An update of controlled physical activity trials in cancer survivors
- Adamsen, L. et al. (2009) Effects of a multimodal high intensity exercise intervention in cancer patients undergoing chemotherapy
- Jäger et al. (n.d.) Projekt zur Verbesserung der Ausdauerleistung bei Patienten mit onkologischen Erkrankungen unter zytostatischer Therapie durch regelmässige sportliche Betätigung

□ Experteninterviews

- Interview mit Chefarzt Onkologie, Dr. Lüthi, Thun
- Interview mit Physiotherapeut/Krebssportleiter Hr. v. Sloten, Lindenhofspital, Bern

Speck et al. (2010): systematic review and metaanalysis

- Ziel: Erfassung der Auswirkungen von körperlicher Aktivität bei erwachsenen TumorpatientInnen während und nach Krebstherapie (n=6'838; 83% Brustkrebs)
- Trainingsintensität von leicht bis intensiv / 3 bis 5x/Woche whrd 30 bis 45 Min pro Einheit
- 60 Outcome-Variablen beurteilt

Adamsen et al. (2009): randomized controlled trial (Dänemark)

- Ziel: Erfassung der Auswirkungen eines multidimensionalen Trainings: 5 Tage/Woche mit total 9h und 43 MET whrd 6 Wochen
- Datenerfassung mittels EORTC QLQ-C30 und MOS SF-36

Jäger et al. (n.d.): Projekt der Organisation: ‚Rudern gegen Krebs‘

- Ziel: Verbesserung der Ausdauerleistung bei PatientInnen mit onkol. Erkrankungen whrd Chemotherapie durch regelmässige körperliche Betätigung (aerobes Training)
- Erwartung: Positive Auswirkung auf Therapieverträglichkeit, -ansprechen, -ergebnis. Motivationssteigerung und Verbesserung der LQ

Experteninterviews

Physiotherapeut Bern

- 1h/Woche Indoor od Nordic walking
- Fr. 150.-- /10 Trainings
- Wenig Teilnehmer

Chefarzt Onkologie Thun

- 2mal/Woche je 1h Indoor auf 2 LN, Aquafit, begleitetes Wandern
- 20 Trainings gratis
- Kurse immer ausgebucht

Ergebnisse

- Verbesserungen aus Studien mit Interventionen whrd Therapie (=40%) bei: aerobe Fitness, Kraft, Gewicht, funktionelle LQ, pos. Stimmung, Ängstlichkeit, Selbstwertgefühl (Speck et al. 2010)
- Verbesserungen bei: Vitalität, aerobe Kapazität, Muskelkraft, körperliche und funktionelle Aktivität, emotionales Wohlbefinden, Fatigue wird reduziert (Adamsen et al. 2009)
- Keine Verbesserung der globalen LQ (Adamsen et al. 2009)

Erkenntnisse

- Informationsstand der PatientInnen
- Bedeutung für die Lebensqualität
- Psychologische Bedeutung
- Medizinische Bedeutung

Lösungsansätze für die Praxis

- Schulung betroffener Berufsgruppen
- Einführung Pflegegespräch mit Fokus auf Bewegung und Sport
- Zusammenarbeit mit Physiotherapie Lindenhofspital (Ausbau Kursangebot)
- Verhandlung mit Krebsliga und Krankenkassen betreffend Mithilfe Finanzierung

Schlusswort und Outlook

- Einsparung Gesundheitskosten durch Bewegung und Sport
- Patientenkompetenz
- Gefahren, Risiken, Einschränkungen, Ressourcen

- Weitere Forschung (Fokus auf andere Tumorarten, mehr männliche Patienten)



Nicht dem Leben mehr Jahre geben, sondern den Jahren
mehr Leben – Hauptsache Bewegung mit Freude

Danke für Ihr Interesse