

## Gesunde Bewegung bei einer Krebserkrankung



In Deutschland erkranken jährlich fast 500.000 Menschen an Krebs. Neben der Erkrankung selbst schränken psychische und körperliche Belastungen die Lebensqualität der Betroffenen ein. Das „tumorassoziierte Fatigue-Syndrom“, ein krankhafter Erschöpfungszustand, wird bei nahezu jedem zweiten Krebspatienten beobachtet.

Um dem entgegen zu wirken, bietet das Westdeutsche Tumorzentrum am Universitätsklinikum Essen in Zusammenarbeit mit der AOK Rheinland/Hamburg und einem Netzwerk ein gezieltes körperliches Trainingsprogramm an. Versicherte, die in der Ambulanz des Westdeutschen Tumorzentrums behandelt werden, können sich in ein integriertes Versorgungskonzept einschreiben und erhalten unter ärztlicher Überwachung durch kooperierende Physiotherapeuten zwei jeweils 12-wöchige Trainings- und Bewegungsprogramme. Darüber hinaus werden die Patienten professionell für die selbständige Ausübung regelmäßiger sportlicher Aktivitäten geschult.

Die Ergebnisse dieses Trainings werden für jeden Patienten individuell erfasst, um zu prüfen, wie sich Wohlbefinden und auch Verlauf der Erkrankung verbessern. Durch die Integration in die onkologische Behandlung und Nachsorge am Westdeutschen Tumorzentrum, dem größten Onkologischen Spitzenzentrum in Nordrhein-Westfalen, sollen möglichst viele Betroffene für dieses wichtige Thema erreicht werden.

Ansprechpartnerin der WTZ-Ambulanz:

Dr. Mitra Tewes

Fachärztin für Innere Medizin, Hämatologie und Onkologie, Palliativmedizin

-----  
Innere Klinik (Tumorforschung)

WTZ-Ambulanz

Hufelandstraße 55

D- 45147 Essen

Telefon +49 201 / 723-83355

Fax +49 201 / 723-5747

Ansprechpartnerin der AOK:

Frau Svetlana Dornhof

-----  
JaVita-Patienten-Begleitservice

AOK Rheinland/Hamburg  
Oberstr. 33  
41460 Neuss  
Kostenfreie Rufnummer: 0800 0 512 512