



Technische Universität München

Presseinformation

München, 12.10.2011

Sport gegen Krebs: nicht teuer und sehr wirksam Symposium und Patiententag stellen neueste Erkenntnisse vor

Diagnose Krebs: Die Antworten der Medizin darauf lauten Chemotherapie, Bestrahlung, Operation. Doch immer mündiger werdende Patienten wollen selbst aktiv werden und etwas für ihre Genesung tun. Groß angelegte Studien haben inzwischen gezeigt: Sport wirkt nicht nur vorbeugend, sondern verbessert auch nachweisbar die Prognose der Erkrankung. Das Klinikum rechts der Isar der TU München und das Rotkreuzklinikum München planen weitere große wissenschaftliche Studien und machen ihren Krebspatienten bereits jetzt entsprechende Angebote. Beide Kliniken veranstalten in den kommenden Tagen ein Symposium und einen Patiententag zum Thema „Sport und Krebs“.

Es ist seit langem bekannt, dass körperliche Aktivität und Sport das Risiko an einem Tumor zu erkranken, um 20 bis 50 Prozent reduzieren (Risikoreduktion bei Kolonkarzinom: bis zu 40 bis 50 Prozent; bei Brustkrebs: 20 bis 40 Prozent). Sport und körperliche Aktivitäten sind gleichsam ein Medikament, das nicht nur das Herz, den Kreislauf und den Bewegungsapparat, sondern auch die Seele und das Immunsystem stärken.

Ziel des internationalen Symposiums ist es nicht nur, auf diesen sehr wichtigen Zusammenhang hinzuweisen, sondern auch den Zusammenhang zwischen Sport und körperlicher Aktivität nach Tumorerkrankungen zu beleuchten: Wenn Menschen an einer bösartigen Erkrankung leiden, können sie durch körperliche Aktivität und Sport selbst etwas für die Verbesserung ihrer Prognose tun.

Aktuelle Studien zeigen: Sport verbessert die Prognose bei Krebserkrankungen und bringt mehr Lebensqualität

Mehrere große Studien, insbesondere aus dem angelsächsischen Raum, zeigen, dass Krebspatienten, die nach der Erkrankung körperlich aktiv sind, eine deutlich bessere Prognose haben (Kolonkarzinom: Verbesserung von 14 bis 47 Prozent; Mammakarzinom: Verbesserung bis zu 40 Prozent). Bislang gibt es keine vergleichbare zusätzliche medikamentöse Behandlung, die diese Erfolgsraten aufweisen kann. Die postoperative Chemotherapie, auch mit den sogenannten „Biologicals“, zeigt nicht selten nur eine vergleichsweise geringe Verbesserung der rezidivfreien Zeit sowie der Gesamtüberlebenszeit nach einer Tumorerkrankung. Diese Medikamente sind darüber hinaus sehr teuer und können die Lebensqualität deutlich mindern. Sport und körperliche

Klinikum rechts der Isar
Anstalt des öffentlichen Rechts

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Tanja Schmidhofer

Ismaninger Strasse 22
81675 München

E-Mail: schmidhofer@lrz.tum.de

Tel: (089) 41 40 – 2046

Fax: (089) 41 40 – 4929

www.mri.tum.de

Aktivität sind hingegen eine sehr effektive Therapie, in aller Regel gut verträglich und im Grunde umsonst.

Die genannten Daten entstammen großen epidemiologischen Studien mit 40.000 bis 120.000 Teilnehmern. Es fehlen nun prospektiv randomisierte Studien, um den Zusammenhang zwischen körperlicher Aktivität, Sport und Prognoseverbesserung bei Tumorleiden zu erhärten. Folgende Studien sind am Klinikum rechts Isar und am Rotkreuzklinikum München dazu in Vorbereitung.

- Weltweit erste randomisierte prospektive Multicenterstudie zur Intervention von körperlichem Training bei Patienten mit Darmkrebserkrankung (Präventive und Rehabilitative Sportmedizin am Klinikum rechts der Isar und Rotkreuzklinikum)
- Große deutschlandweite Interventionsstudie zu Sport und Ernährung bei Patientinnen mit Mamma-Karzinom oder genetischer Veranlagung (Gynäkologie und Präventive und Rehabilitative Sportmedizin am Klinikum rechts der Isar)
- Randomisierte Interventionsstudie zur Implementierung einer Trainingstherapie für Prostata- und Mammakarzinompatienten/innen und Etablierung von Krebsportgruppen in München mit landesweiter Ausdehnung (Präventive und Rehabilitative Sportmedizin, Urologie und Gynäkologie am Klinikum rechts der Isar)

Raus aus dem Bermudadreieck! Krebspatienten profitieren von neuen Möglichkeiten

Prof. Martin Halle, Direktor der Sportmedizin am Klinikum rechts der Isar, und Prof. Michael Schoenberg, Chefarzt der Chirurgie am Rotkreuzklinikum München, sind sich einig: „Unser Ziel ist es, die Patienten aus dem „Bermudadreieck“ Fernseher, Couch und Depression herauszulocken und ihnen durch Bewegungsprogramme die Möglichkeit zu geben, aktiv gegen ihre schwere Erkrankung zu kämpfen.“ Auf die Frage der Patienten: „Was kann ich selbst gegen meine Erkrankung tun?“ heißt die Antwort aus Sicht der beiden Experten: Gesunde Ernährung und Sport. Klinikum rechts der Isar und Rotkreuzklinikum machen ihren Patienten daher seit einiger Zeit mit Erfolg entsprechende Angebote:

- In bisher deutschlandweit einzigartigen speziellen Sprechstunden zu „Sport und Krebs“ beraten die Ärzte der beiden Kliniken alle interessierten Patienten und Angehörigen zu einer gezielten Sporttherapie nach Krebserkrankungen.
 - **Klinikum rechts der Isar**
nach telefonischer Terminvereinbarung
Tel. 089-28924441
 - **Rotkreuzklinikum München / Chirurgische Abteilung**
Montag und Mittwoch von 16.00 Uhr bis 18.00 Uhr und nach vorheriger telefonischer Vereinbarung unter
Tel. 089-1303/2541

- Im neu eingerichteten Präventionszentrum am Klinikum rechts der Isar wird ein eigenes Trainingszentrum für Krebspatienten mit Angeboten zu Sport und Ernährung aufgebaut.
- Im Rahmen von Krebsportgruppen haben Patienten am Klinikum rechts der Isar die Möglichkeit, ein eigens für sie konzipiertes Trainingsprogramm zu absolvieren.

Symposium und Patiententag

Internationales Symposium Sport und Krebs 2011.

13. und 14. Oktober 2011 im Klinikum rechts der Isar, Hörsaal A

Patiententag Sport und Krebs

15. Oktober, 10:00 – 12:30 Uhr im Klinikum rechts der Isar, Hörsaal A

Alle Informationen, das Programm und die Anmeldemöglichkeiten finden Sie unter www.sportundkrebs2011.de