

MOTOmed®



Krebs Forschungsergebnisse

Deutschland

- 1. Urologie Neumünster**, vgl. Dr. Schroeder 2007
Eine regelmäßige moderate Ausdauerbewegung (Spaziergehen, Nordic Walking, Radfahren, Schwimmen) gilt als effektive Prophylaxe und Behandlung eines tumorassoziierten Fatigue-Syndroms.
- 2. HOPA Tagesklinik Struenseehaus in Hamburg**, vgl. Prof. Dr. Fasching et al. 2009
Ein vermehrter Energieverbrauch durch körperliche Aktivität führt zu Gewichtsreduktion und einer verbesserten Stoffwechselsituation. Es gilt als erwiesen, dass Übergewicht und Adipositas zu einem erhöhten Erkrankungsrisiko für Krebskrankheiten führen. So korrelieren Übergewicht und Adipositas eindeutig mit den Karzinomen: Darmkrebs, Brustkrebs, Nierenzellkrebs, Gebärmutterkrebs und Krebserkrankungen der Speiseröhre.
- 3. Universitätsklinikum Tübingen**, vgl. Dr. Heitkamp et al. 2012
Körperliche Aktivität, insbesondere in Form von Ausdauersport, kann die Testosteronkonzentration im Blut dauerhaft senken und so das Prostatakarzinomrisiko günstig beeinflussen.

Kanada

- 4. Queensland University of Technology**, vgl. Dr. Hayes et al. 2009
Durch körperliche Aktivität können Krebspatienten die Muskelmasse und -kraft aufrecht erhalten und die kardiorespiratorische Fitness, die Körperfunktionen, die physische Aktivität, die Flexibilität, die Funktion des Immunsystems, das Körperbild, das Selbstwertgefühl und die Stimmung verbessern.
- 5. Ottawa Hospital Regional Cancer Center**, vgl. Dr. Segal et al. 2009
Aerobes Ausdauertraining bei Prostatakrebspatienten während der Bestrahlung zeigt eine signifikante Verbesserung der Müdigkeit, der aeroben Fitness, der Muskelkraft und der Lebensqualität.

Australien

- 6. Edith Cowan University**, vgl. Dr. Newton et al. 2008
Körperliche Aktivität oder Training reduziert die Intensität sowie die Häufigkeit der Symptome und Nebenwirkungen (z. B. Übelkeit, Müdigkeit, Schmerzen), verkürzt Krankenhausaufenthalte und verringert psychische und seelische Belastungen wie Depressionen und Ängste bei Krebspatienten.

USA

- 7. Boston Channing Laboratory**, vgl. Dr. Kenfield et al. 2011
Untersuchungen mit Brust-, Prostata- und Darmkrebs Patienten zeigen, dass die Sterblichkeit und die Wahrscheinlichkeit eines Rückfalls durch körperliche Aktivität reduziert werden kann.
- 8. The Sarah Cole Hirsch Institute, Cleveland, Ohio**, vgl. Dr. Visovsky und Dvorak 2011
In den vergangenen Jahren haben sich körperliche Aktivität oder Training als sicher, durchführbar und wirksam bei Krebspatienten erwiesen.

Dänemark

- 9. Institute of Public Health, University of Copenhagen**, vgl. Prof. Dr. Adamsen et al. 2009
Bei Patienten mit verschiedenen Krebsarten konnten Aktivitäten mit niedrigen, aber auch mit hohen Intensitäten während der Chemotherapie sicher durchgeführt werden. Diese Intervention reduzierte nicht nur Erschöpfungszustände, sondern verbesserte auch Vitalität, aerobe Kapazität, Muskelkraft, körperliche und funktionelle Aktivität sowie das emotionale Wohlbefinden.

1. Schroeder, A. (2007). Sekundärprävention nach urologischen Tumorerkrankungen. Wie gut ist die Nachsorge? *Urologe*, 46, 642 – 645.
2. Fasching, P.A. Hübner, J. & Kleeberg, U.R. (2009). Körperliche Bewegung und Sport zur Prävention und Behandlung von Krebskrankheiten? *Onkologie*, 15, 696 – 701.
3. Heitkamp, H.C. & Jelas, I. (2012). Körperliche Aktivität zur Primärprävention des Prostatakarzinoms. *Urologe*, 51, 527 – 532.
4. Hayes, S., Spence, R., Galvao, D. & Newton, R. (2009). Australian Association for Exercise and Spor Science position stand: optimising cancer outcomes through exercise. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 12, 428 – 434.
5. Segal, R.J., Reid, R.D., Courneya, R.J., Sigal, G.P., Kenny, D.G., Prud-Homme, D.G. et al. (2009). Randomized controlled trial of resistance or aerobic exercise in men receiving radiation for prostate cancer. *Journal of Clinical Oncology*, 27 (3), 344 – 351.
6. Newton, R. & Galvao, D. (2008). Exercise in prevention and management of cancer. *Current Treatment Options in Oncology*, 9, 135 – 146.
7. Kenfield, S.A., Stampfer, M.J., Giovannucci, E. & Chan, J.M. (2011). Physical activity and survival after prostate cancer diagnosis in the health professionals follow-up study. *Journal of Clinical Oncology*, 29 (6), 726 – 732.
8. Visovsky, C. & Dvorak, C. (2005). Exercise and Cancer Recovery. *The Online Journal of Issues in Nursing*, 10 (2), 7.
9. Adamsen, L., Quist, M., Andersen, C., Møller, T., Herrstedt, J., Kronborg, D., Baadsgaard, M.T., Vistisen, K., Midtgaard, J., Christiansen, B., Stage, M., Kronborg, M.T., Rørth, M. (2009). Effect of a multimodal high intensity exercise intervention in cancer patients undergoing chemotherapy: randomised controlled trial. *British Medical Journal*, 13 (339), 895 – 899.