

Für Ihr Training zu Hause erhalten Sie ein Übungshandbuch von uns. Auf Wunsch bekommen Sie Ihr individuelles Trainingsprogramm ebenso als Video.



## Studienleiterin

**Dr. phil. Sabine Felser**  
Sportwissenschaftlerin  
Klinik für Hämatologie, Onkologie  
und Palliativmedizin am Zentrum  
für Innere Medizin  
Ernst-Heydemann-Straße 6  
18057 Rostock  
Telefon: 0381 / 494 7395  
E-Mail: [sabine.felser@med.uni-rostock.de](mailto:sabine.felser@med.uni-rostock.de)



**Stellvertretende Studienleiterin**  
**Dr. med. Christina Große-Thie**  
Stellvertretende Klinikdirektorin  
Klinik für Hämatologie, Onkologie  
und Palliativmedizin am Zentrum  
für Innere Medizin  
Ernst-Heydemann-Straße 6  
18057 Rostock



**Zentrum für Innere Medizin, Klinik III**  
Hämatologie, Onkologie, Palliativmedizin

## Sportstudie für Krebspatienten

**Spezialstudie für Patienten mit  
Kopf-, Kiefer- und Halstumoren**



## Anmeldung

**Dr. phil. Sabine Felser**  
Klinik für Hämatologie, Onkologie und  
Palliativmedizin  
Zentrum für Innere Medizin  
Ernst-Heydemann-Straße 6  
18057 Rostock

Telefon 0381 / 494 7395  
E-Mail: [sabine.felser@med.uni-rostock.de](mailto:sabine.felser@med.uni-rostock.de)

## Beteiligte Einrichtungen

Sponsor der Studie ist die Universitäts-  
medizin Rostock. Beteiligte Einrichtungen  
(weitere Prüfzentren) sind Kliniken und  
Praxen der Ostdeutschen Studiengruppe  
Hämatologie und Onkologie e. V.

Diese Studie wird finanziell von  
der Ostdeutschen Studiengruppe  
Hämatologie und Onkologie e. V.  
unterstützt.



**Ostdeutsche Studiengruppe  
Hämatologie und Onkologie e. V.**



[www.med.uni-rostock.de](http://www.med.uni-rostock.de)  
<https://osho-studiengruppe.de/>

## Liebe Patientin, lieber Patient,

haben Sie Interesse und Lust an unserer multizentrischen Sportstudie teilzunehmen? Wir würden uns sehr freuen!

Ziel unserer Studie ist es, die Effekte eines individuellen Heimtrainingsprogramms auf die Lebensqualität und Funktionalität von Patienten mit Mund-, Kiefer-, Gesichts- und Halstumoren in der Nachsorge zu untersuchen. Im Rahmen dieser Studie erhalten Sie nach einer Eingangsuntersuchung einen individuellen Trainingsplan, angepasst an Ihre Bedürfnisse. Sie trainieren zeitlich flexibel und wir betreuen Sie über 12 Wochen. Die benötigten Trainingsgeräte erhalten Sie von uns, so dass Sie nach der Einweisung direkt mit dem Training loslegen können.

Nähere Information zu den Voraussetzungen, Untersuchungen und zu den Trainingsinhalten finden Sie in diesem Flyer.

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben und Sie teilnehmen möchten, kontaktieren Sie uns unter der angegebenen Telefonnummer oder sprechen Sie Ihren behandelnden Arzt an.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!



Dr. phil. Sabine Felser



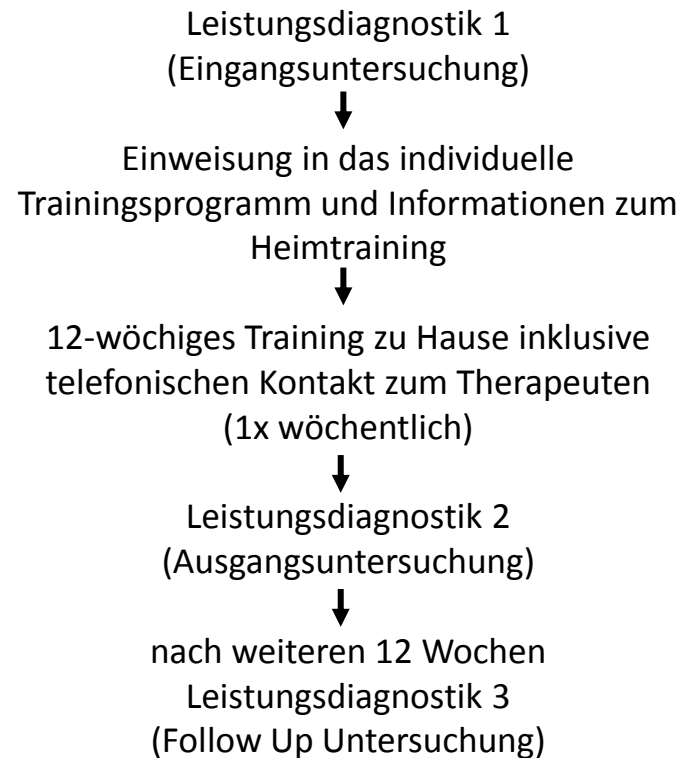
Dr. med. Christina Große-Thie

## Teilnahmevoraussetzungen

- Patienten mit Mund-, Kiefer-, Gesichts- und Halstumoren
- Alter > 18 Jahre
- gehfähig ohne Gehilfe
- Therapie (OP und/oder Chemo und/oder Bestrahlung) ist abgeschlossen

**Hinweis:** die Erfüllung der Voraussetzungen wird für jeden Patienten, der sich meldet, vom Studienteam überprüft

## Studienablauf



## Trainingsinhalte

Sie erhalten ein **individuelles Trainingsprogramm** entsprechend Ihren körperlichen Einschränkungen und Ihrer Leistungsfähigkeit. Dieses beinhaltet:

- Mobilisationsübungen / Funktionsgymnastik
- Koordinationsübungen
- Kräftigungsübungen
- Dehnungsübungen
- Hinweise zum Ausdauertraining

## Leistungsdiagnostik

Zu drei Zeitpunkten werden die Lebensqualität und die Alltagsaktivität mittels Fragebögen erfasst. Zusätzlich werden Tests zur objektiven und subjektiven Beurteilung der körperlichen Leistungsfähigkeit durchgeführt, zu diesen zählen u.a.:

- Bewegungsumfang der Schultergelenke und der Halswirbelsäule
- Flexibilität des Rumpfes
- Gleichgewichtsfähigkeit
- Gehgeschwindigkeit
- Beinkraft
- 6-Minuten-Geh-Test
- Messung der Körperzusammensetzung

Testdauer inklusive Pausen ca. 30 min