

## Leitung

### Hämatologische und Onkologische Trainingstherapie (HOT)

Fachliche Leitung

Dr. phil. Sabine Felser

Sportwissenschaftlerin

Trainerin onkologische Trainings- und  
Bewegungstherapie (OTT®)



## Ort & Anfahrt

### Turnraum der Physiotherapie

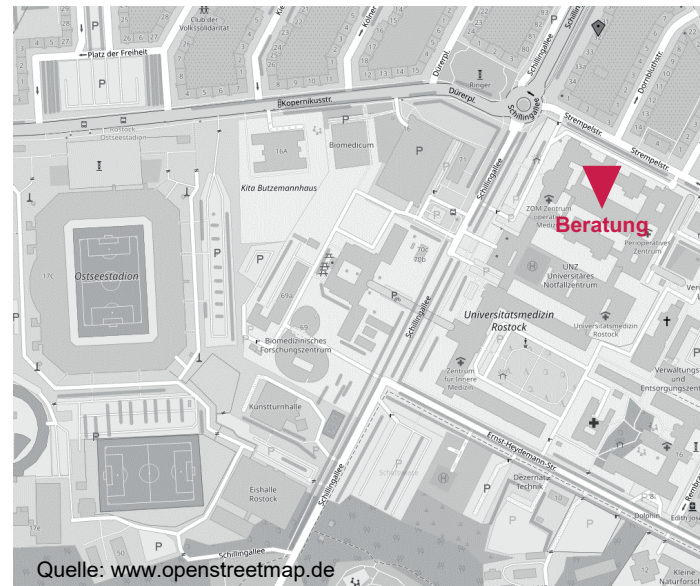
Schillingallee 35, 18057 Rostock (Alte Chirurgie, Haus C)  
Erdgeschoss, Raum 8 (R-5115-00-086)

### ÖPNV

Haltestellen: Schillingallee oder Klinikum Schillingallee  
Buslinien 25, 27, 28, 121

### Parken

WIRO Parkhaus (gebührenpflichtig)  
Universitätsklinikum  
Kopernikusstraße 16. 18055 Rostock



Quelle: [www.openstreetmap.de](http://www.openstreetmap.de)

### Department für Innere Medizin

Klinik für Hämatologie, Hämostaseologie, Onkologie,  
Stammzelltherapie und Palliativmedizin



Foto: AdobeStock\_koszivu

**OnkoAktiv**  
Netzwerk für onkologische Sport- und Bewegungstherapie

Bewegung und Sport für  
Krebspatienten

**ZERTIFIZIERTE**

OnkoAktiv  
Trainings- und  
Therapieinstitution

### Spendenkonto

**Kontoinhaber:** Universitätsmedizin Rostock

**Kreditinstitut:** Deutsche Bundesbank

**IBAN:** DE16 1300 0000 0013 0015 31

**BIC:** MARKDEF1130

**Verwendungszweck:** Bewegungstherapie

Alle Spenden sind steuerlich absetzbar. Spendenformular:

<https://onkologie.med.uni-rostock.de/spenden>

### Universitätsmedizin Rostock

rechtsfähige Teilkörperschaft der Universität Rostock

### Department für Innere Medizin

Klinik für Hämatologie, Hämostaseologie, Onkologie,  
Stammzelltherapie, Palliativmedizin

Ernst-Heydemann-Straße 6, 18057 Rostock

Tel.: 0381 494-7395

E-Mail: [onko-sport@med.uni-rostock.de](mailto:onko-sport@med.uni-rostock.de)

<https://onkologie.med.uni-rostock.de>

**Bewegungstherapie zur  
Prävention und Reduktion  
chemotherapie-induzierter  
Polyneuropathien**

<https://onkologie.med.uni-rostock.de>

Liebe Patientin, lieber Patient,

die **Chemotherapie** stellt neben der Operation und der Strahlentherapie eine zentrale Säule in der Krebstherapie dar. Sie umfasst die Behandlung bösartiger Tumoren mit chemischen Substanzen, den sogenannten Chemotherapeutika oder Zytostatika, die in den Vermehrungszyklus der Krebszellen eingreifen. Einige dieser Substanzen, insbesondere Oxaliplatin und Vinca-Alkaloide können eine **akute oder chronische Chemotherapie-induzierte periphere Neuropathie**, kurz **CIPN**, verursachen.

Zu den typischen Symptomen der CIPN gehören u. a. Empfindungsverlust, Kribbeln oder Schmerzen in den Fingern/Händen bzw. Zehen/Füßen, die nicht selten zu Beeinträchtigungen bei Aktivitäten des täglichen Lebens führen. Zudem kann die CIPN zu Dosisreduzierungen, Behandlungsverzögerungen oder gar Abbruch der Therapie führen, mit negativen Auswirkungen auf das Überleben.

Medikamentöse Behandlungsansätze stehen nur begrenzt zur Verfügung. Jedoch zeigen aktuelle Studien mit **spezifischen Trainingsmaßnahmen** positive Effekte hinsichtlich der Prävention bzw. Linderung der CIPN.

Damit auch Sie von diesen Effekten profitieren können, bieten wir **Beratungssprechstunden** zum Thema CIPN an. Dieses Informationsblatt gibt einen kurzen Überblick. Wenn Sie an einer Beratung teilnehmen möchten, nehmen Sie bitte Kontakt mit uns auf.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!



Prof. Dr. med.

Christian Junghanß

Direktor der Klinik für Hämatologie,

Hämostaseologie, Onkologie,

Stammzelltherapie, Palliativmedizin



Dr. phil.

Sabine Felser

Fachliche Leiterin

Hämatologische und

Onkologische Trainingstherapie

## Inhalte

### Theorie (zirka 20 Minuten)

- ✓ Welche Chemotherapeutika lösen eine CIPN aus?
- ✓ Was sind typische Symptome?
- ✓ Mögliche Folgen einer CIPN
- ✓ Bedeutung körperlicher Aktivität - aktuelle Studienlage

### Praxis (zirka 40 Minuten)

- ✓ Sensomotorische Übungen für die Hände
- ✓ Sensomotorische Übungen für die Füße
- ✓ Gleichgewichtstraining

**Hinweis:** Bitte bringen Sie ein paar (Antirutsch-) Socken mit, da ein Teil der Übungen ohne Schuhe erfolgt. Sportzeug ist nicht erforderlich.

Der Zugang zum Kursraum ist barrierefrei und auch mit Rollstuhl bzw. Rollator gut zu erreichen.

## Wer kann teilnehmen?

Patientinnen und Patienten, mit einer Diagnose „Bösartige Neubildung“, die bereits unter der CIPN leiden oder, die sich in einer Chemotherapie mit Polyneuropathie-Risiko befinden. Dabei spielt es keine Rolle, wo Sie Ihre Krebstherapie erhalten oder erhalten haben.

## Kosten

Für Sie als Patient fallen keine Kosten für die Beratung an, da wir die Teilnahme möglichst vielen Betroffenen ermöglichen möchten.

Wenn Sie unsere Arbeit unterstützen möchten, können Sie dies z. B. in Form einer Spende tun.

## Termine & Anmeldung

Beratungstermine finden Sie auf unserer Homepage unter: <https://onkologie.med.uni-rostock.de/hot>

Wir bitten um vorherige Anmeldung unter:

Tel.: 0381 494-7433

E-Mail: [onko-sport@med.uni-rostock.de](mailto:onko-sport@med.uni-rostock.de)



Foto: AdobeStock\_Africa Studio