

Hoher Informationsbedarf bezüglich körperlicher Aktivität bei Patienten mit myeloproliferativen Neoplasien – Ergebnisse einer multizentrischen Fragebogenstudie (OSHO #97)

Sabine Felser¹, Christina Grosse-Thie¹, Christa Unger¹, Philipp le Coutre², Susann Schulze^{3,4}, Lars-Olof Muegge⁵, Julia Gruen¹, Christian Junghanss¹, Ostdeutsche Studiengruppe Hämatologie und Onkologie e. V.

¹Universitätsmedizin Rostock, Medizinische Klinik III - Hämatologie, Onkologie, Palliativmedizin, ²Charité Berlin, Medizinische Klinik mit Schwerpunkt Hämatologie, Onkologie und Tumorimmunologie, ³Universitätsklinikum Halle (Saale), Krukenberg-Krebszentrums, ⁴Carl-von-Basedow-Klinikum Merseburg, Medizinische Klinik II - Hämatologie, Onkologie, Palliativmedizin, ⁵Heinrich Braun Klinikum Zwickau, Klinik für Innere Medizin III - Hämatologie, Onkologie, Palliativmedizin,

Hintergrund

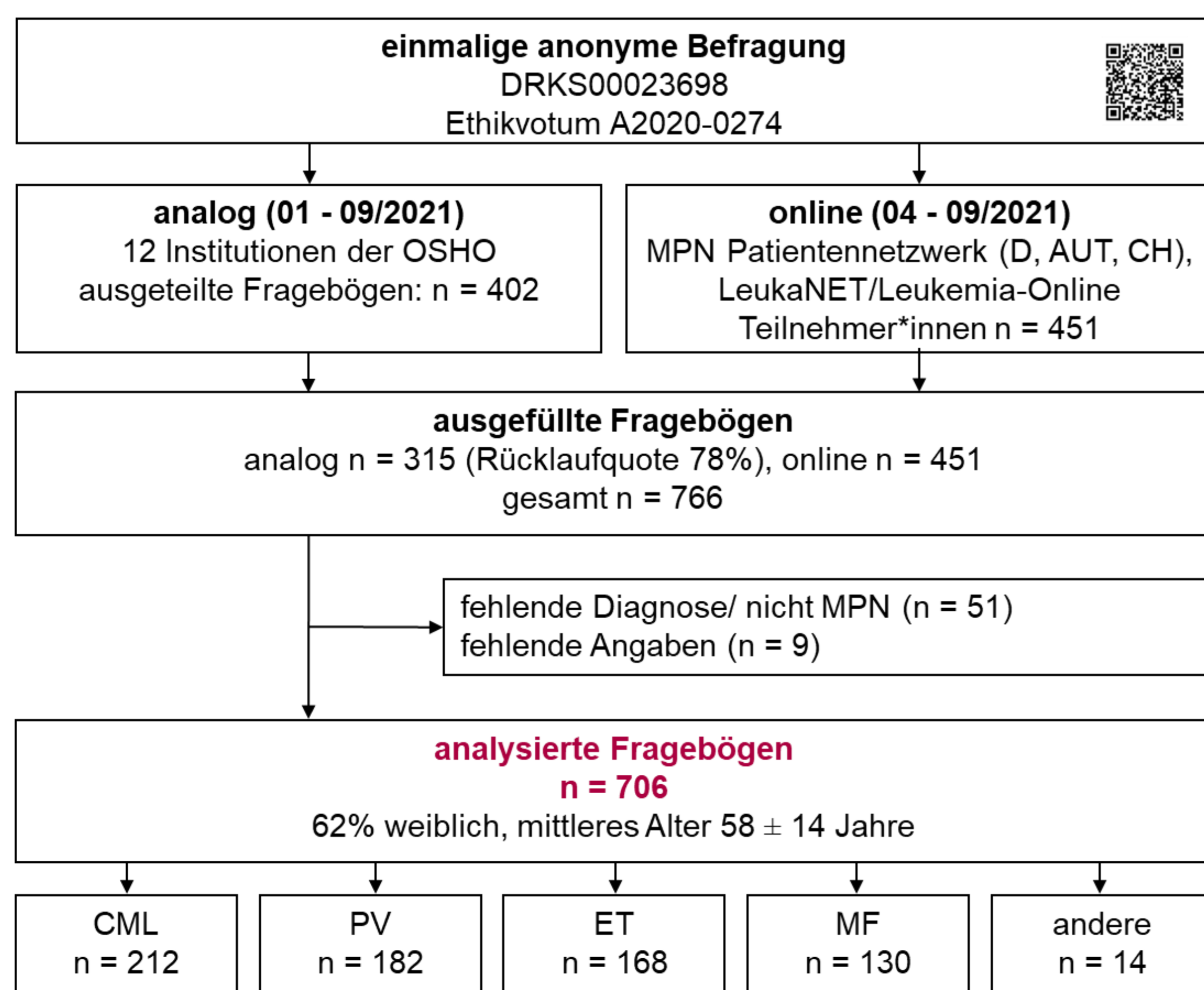
- körperliche Aktivität = supportive Therapie mit positiven Effekten bei Patienten mit und nach Krebs
- Effekte: u. a. Linderung von Symptomen, Steigerung der körperlichen und kognitiven Leistungsfähigkeit, Verbesserung der gesundheitsbezogenen Lebensqualität, Stärkung des Selbstvertrauens und des Selbstwertgefühls
- Empfehlungen: nebenwirkungsorientierter Ansatz
- **Besonderheiten MPN-Patienten – bisher unberücksichtigt**

Fragestellungen

- MPN-spezifische Symptome, Nebenwirkungen / Begleiterscheinungen und Ängste
- Informationsgrad /-bedarf zur Bedeutung körperlicher Aktivität

Methode

Abb. 1 Flussdiagramm zur Studie



Ergebnisse

Tab. 1 Body Mass Index und Prävalenz häufiger Symptome, Nebenwirkungen / Begleiterscheinungen bei Patienten mit Myeloproliferativen Neoplasien

Merkmal	Kategorisierung	n	Anzahl (%)
Body Mass Index [kg/m ²]	Untergewicht (<18,5)	10	1 (1)
	Normalgewicht (18,5-24,9)	699	355 (51)
	Übergewicht (25-29,9)		232 (33)
	Adipositas (>29,9)		102 (15)
Symptome	Fatigue	689	595 (86)
	Konzentrationsstörungen	683	559 (82)
	Knochen- / Muskelschmerzen	681	534 (78)
	Kopfschmerzen	681	410 (60)
	Bauchbeschwerden	684	384 (56)
	Schwindel	686	379 (55)
	Juckreiz	684	375 (55)
	Nebenwirkungen / Begleiterscheinungen	Hautreaktionen	671
Splenomegalie		689	203 (30)
Blutungsneigung		693	135 (20)
	Thrombose	678	23 (3)

Abb. 2 Ängste bei körperlicher Aktivität bei Patienten mit myeloproliferativen Neoplasien (n = 624)

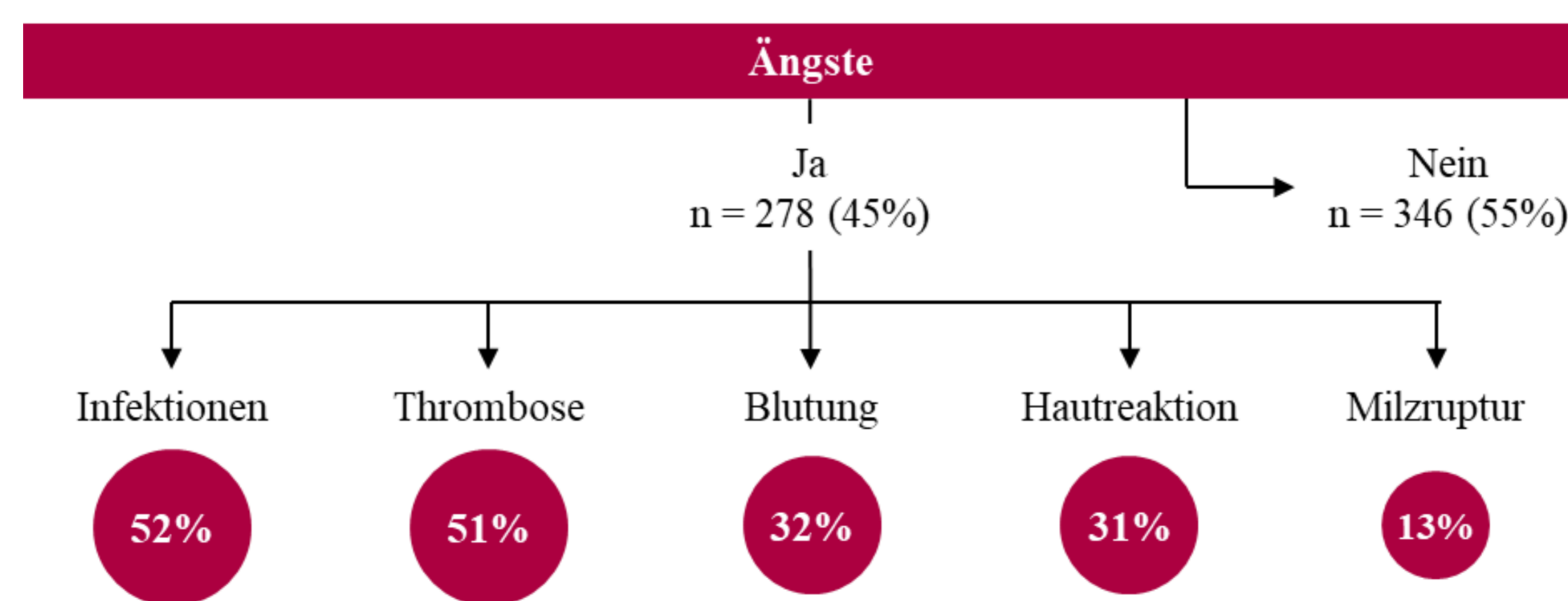
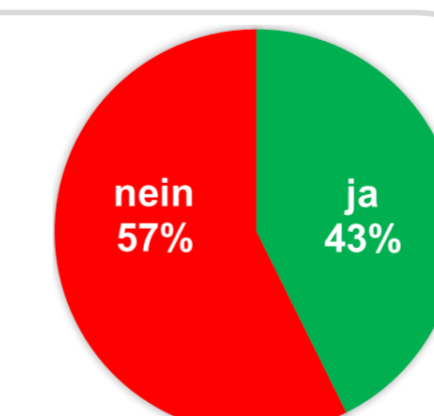
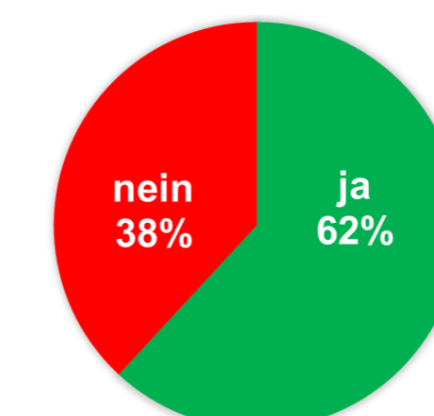


Abb. 3 Informationsgrad und -bedarf hinsichtlich der Bedeutung und Möglichkeiten körperlicher Aktivität bei Patienten mit myeloproliferativen Neoplasien (n = 643)

Frage 1: Fühlen Sie sich ausreichend über die Bedeutung und Möglichkeiten der körperlichen Aktivität bei Ihrer Erkrankung informiert?



Frage 2: Wünschen Sie sich mehr Informationen zum Thema „körperliche Aktivität“?



Zusammenfassung

- hoher Informationsbedarf zum Thema „körperliche Aktivität“
- hohe Symptomlast → Evidenz berücksichtigen
- hoher Anteil übergewichtiger MPN-Patienten
- diverse Begleiterscheinungen → um Sicherheit zu gewährleisten individuelle bzw. spezifische Empfehlungen
- Ängste sind weit verbreitet, zum Teil unbegründet
- **Praxis:** Aufklärung zu den Möglichkeiten körperlicher Aktivität

Flyer für MPN-Patienten

- wichtige Informationen zum Training für MPN-Patienten im handlichen Format (A5) auf einem Blick

Symptome & Nebenwirkungen	potenzielle Folgen	Empfehlungen & Tipps
Müdigkeit, Erschöpfung	Inaktivität, Abnahme der körperlichen Leistungsfähigkeit; soziale Isolation	kombiniertes Kraft-/Ausdauertraining, Yoga, Tai-Chi Qi-gong
Konzentrationsstörungen	verminderte kognitive Leistungsfähigkeit	Ausdauertraining in Kombination mit kognitiven Aufgaben
Angst, Depression	auf psychosozialer Ebene, Rückzug	Ausdauertraining, Yoga, Gruppentraining
Hautreaktionen, Juckreiz	Aktivitätsbeschränkungen, soziale Isolation, Auswirkungen auf das emotionale Wohlbefinden	Gruppenübungsprogramme, ggf. auf Wassersport verzichten, direkte Sonneneinstrahlung meiden, Sonnenschutz
vergrößerte Milz assoziiert mit Bauchbeschwerden und Appetitverlust (Völlegefühl)	Gewichtszunahme, Muskelmassenverlust, Abnahme der Körper-, Leistungsfähigkeit und des emotionalen Wohlbefindens	Gerätesport, Verzicht auf Kontaktsportarten, Vorsicht bei Ballsportarten, Energiezufuhr beachten
Stoffwechselveränderungen	Übergewicht, Diabetes mellitus	Krafttraining, bei Adipositas: gelenkschonende Sportarten
Thrombozytose, Polyglobulie, Leukozytose (vermehrte Blutzellzahl)	erhöhte Blutviskosität → Kopfschmerzen/ Schwindel → erhöhte Sturzgefahr	keine schnellen Lagewechsel, Training in Begleitung, Flüssigkeitsverluste ausgleichen
Thrombozytopenie	erhöhte Blutungsneigung	Sportarten mit Sturz- und Verletzungsrisiko meiden
Neutropenie	erhöhte Infektionsanfälligkeit	Heimtrainingsprogramme

Hinweis: Höheres Alter, Übergewicht, moderate bis starke Müdigkeit/ Erschöpfung und Konzentrationsstörungen sind Risikofaktoren für Stürze. Wir empfehlen (zusätzlich) ein Koordinatentraining inkl. Gleichgewichtstraining und den Einsatz von Sturzpräventionsstrategien (z. B. Stöcke beim Walken).

QR-Code: mehr Informationen zum Training mit Beispielübungen und Links zu Trainingsvideos

Finanzierung

Die Studie wurde unterstützt von der „Ostdeutschen Studiengruppe für Hämatologie und Onkologie“ (OSHO e. V.)

