

Machbarkeit eines individuellen Heimtrainingprogramms für Patienten mit Kopf-Hals-Tumoren - Ergebnisse der multizentrischen OSHO #94-Studie -

Sabine Felser¹, Christian Junghans¹, Julia Rogahn¹, Lars Arne Bonke¹, Daniel Fabian Strüder², Jana Stolle³, Susann Sculze³, Markus Blaurock⁴, Michael Schröder⁵, Sabina Ulbricht⁶, Christina Grosse-Thie¹

¹Universitätsmedizin Rostock, Medizinische Klinik III - Hämatologie, Onkologie, Palliativmedizin, ²Universitätsmedizin Rostock, Klinik und Poliklinik für Hals-Nasen-Ohrenheilkunde, Kopf- und Halschirurgie, ³Universitätsklinikum Halle, Abteilung für Hämatologie und Onkologie, ⁴Universitätsmedizin Greifswald, Klinik für Hals-Nasen-Ohrenheilkunde, Kopf- und Halschirurgie, ⁵Universitätsmedizin Greifswald, Klinik für Unfallchirurgie, Wiederherstellungschirurgie und Rehabilitationsmedizin, Physikalische und Rehabilitative Medizin, ⁶Universitätsmedizin Greifswald, Institut für Community Medicine, Abteilung Präventionsforschung und Sozialmedizin

1. Hintergrund

- Patienten mit Kopf- und Halstumoren (PwHNC) profitieren von Trainingsinterventionen: Symptomlinderung, Ausgleich von Funktionsstörungen, Verbesserung der Lebensqualität (QoL)
- Trotzdem sind PwHNC unzureichend körperlich aktiv
- PwHNC präferieren Training zu Hause, allein, zu flexiblen Zeiten mit moderater Intensität
- Ansatz des Heimtrainings erscheint optimal
- Aber: bislang unzureichend untersucht, zudem kein Wissen über die Nachhaltigkeit

2. Zielstellung

- Evaluation der Machbarkeit und der kurz- und mittelfristigen Effekte eines 12-wöchigen individuellen Heimtrainingsprogrammes auf die QoL und Funktionalität bei PwHNC (Phase B)
- **Primärer Endpunkt / Hypothese der Machbarkeit (Phase A):** Dropout ≤30% (N = 25)

3. Methodik

- Prospektive, multizentrische, einarmige Interventionsstudie (DRKS00023883)
- 53 PwHNC ≥18Jahre in der Nachsorge oder stabile Remission unter Immuntherapie
- **Trainingsempfehlungen:** individuelles Programm 3*15-30 min, 2-3*30 min Ausdauer pro Woche

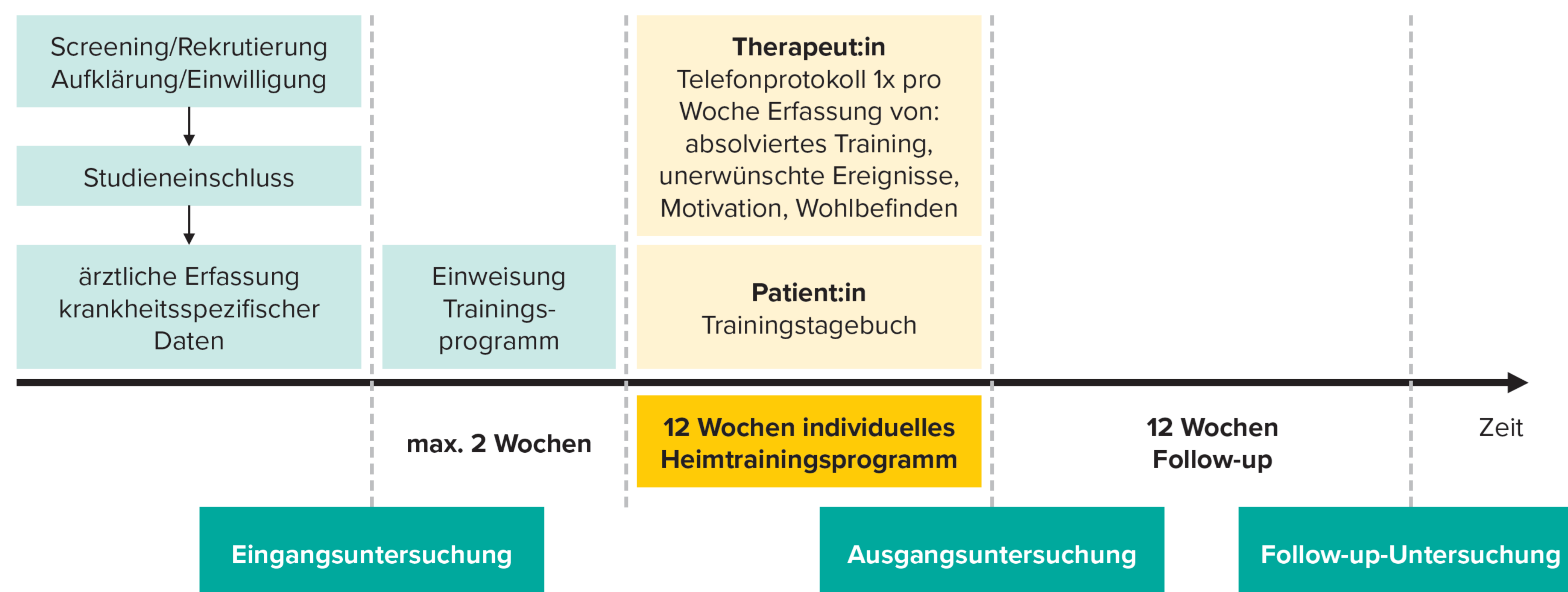


Abb. 1 Studienprozedere

4. Ergebnisse

- 01/2021 – 02/2023: Einschluss von 25 PwHNC (92% komplette Remission)

Charakteristika n = 25	
Geschlecht, männlich	13 (52%)
medianes Alter [Jahre]	66
Schulbildung, >10 Jahre	15 (60%)
Tabakkonsum: Nicht- / Ex- / Raucher	14 (56%) / 9 (36%) / 2 (8%)
Sport vor Erkrankung, ja	18 (72%)

Primärer Endpunkt

- Dropout n = 4 (16%), ausschließlich gesundheitliche Gründe

Sekundäre Endpunkte

- Trainingsumfang pro Woche (Median, n = 21):
 - individuelles Programm: 3,4 Einheiten, 98 min
 - Ausdauertraining: 2,8 Einheiten, 167 min
 - gesamt: 6,3 Einheiten, 268 min
- Adverse Events: Schmerzen bei 3 PwHNC
- Informationen zum Training: 100% ausreichend
- Nutzung Buch: 76%, USB-Stick: 62%, Kleingeräte: 86%
- Motivation zum Training durch wöchentliches Telefonat: 86% ja



5. Fazit

- Eingeschlossene PwHNC spiegeln nicht den typischen PwHNC wider
- Geringer Dropout, gute Compliance hinsichtlich der Trainingsempfehlungen (BIAS)
- Heimtraining ist sicher durchführbar
- **Studiendesign umsetzbar, alle Maßnahmen erfüllen Zweck → Weiterrekrutierung**

Finanzierung

Die Studie wird unterstützt vom Verein „Ostdeutsche Studiengruppe für Hämatologie und Onkologie“

