

WILLKOMMEN

Sehr geehrte Patientin,
sehr geehrter Patient,



Prof. Dr. Th. Fischer

ab dem 01. August 2017 bietet Ihnen das Tumorzentrum Magdeburg/Sachsen-Anhalt e. V. in Zusammenarbeit mit dem Gesundheitssportverein der Universität Magdeburg VGBS e. V. und der Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie des Universitätsklinikums Magdeburg ein kostenfreies Bewegungs- und psychoonkologisches Betreuungsangebot an. Das Sport- und psychoonkologische Betreuungsprojekt, welches speziell auf krebserkrankte Patienten ausgerichtet ist, wird von professionellen Sporttherapeuten geleitet und von Psychoonkologen begleitet.

Unabhängig von der Chemotherapie, der Bestrahlung und den anderen unterstützenden Maßnahmen, ist die Förderung des Sports ein bedeutender Faktor. Die Krebstherapie lässt sich, wenn man Sport macht, besser überstehen. Unser Wunsch ist es, dass der Sport Sie dabei unterstützt Ihr Selbstvertrauen wieder zu erlangen, neue Perspektiven und neue Hoffnung zu gewinnen. Ihre Lebensqualität sowie Ihr Wohlbefinden sollen dadurch wieder gestärkt werden.

Wir würden uns freuen, Sie in unserem Sport- und Beratungsprojekt begrüßen zu dürfen.

Mit den besten Grüßen

Prof. Dr. med. Thomas Fischer
Vorsitzender des Tumorzentrums Magdeburg/
Sachsen-Anhalt e. V.

PROJEKTIDEE

Die Stiftung „Leben mit Krebs“ hat es sich zur Aufgabe gemacht, Projekte in den Bereichen Bewegung, Kunst, Ernährung und psychologische Unterstützung für Krebspatienten zu entwickeln und zu fördern.

Mit der Benefizregatta „Rudern gegen Krebs“ am 19.06.2016 in Magdeburg konnten 25.000 € eingenommen werden.

Mit diesem Geld ist es dem Tumorzentrum Magdeburg/Sachsen-Anhalt e. V. möglich, ein Bewegungs- und psychoonkologisches Betreuungsprojekt für Krebspatienten in der Akutversorgung über einen Zeitraum von 2 Jahren ins Leben zu rufen.

Krebspatienten in der Akutversorgung verfügen über eine geringe körperliche Leistungsfähigkeit. Sie leiden oft am Fatigue-Syndrom und haben Konzentrations-schwierigkeiten.

Neuste Studien (J. Wiskemann, 2016*) belegen, dass Krebspatienten die in der medizinischen Akutversorgung sind, von körperlichen Aktivitäten profitieren und einen positiven Effekt haben.

Durch entsprechende Bewegungs- und Entspannungsformen entwickeln Patienten eine bessere Körperwahrnehmung, Achtsamkeit und Selbstfürsorge.

Die körperliche Leistungsfähigkeit als auch die Entspannungsfähigkeit werden dadurch intensiviert. Ängste können somit besser verarbeitet werden und das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und Stärken steigt wiederum.

Dies ist ein erster Schritt, das „Zurückfinden“ in den Alltag eigenständig und nachhaltig positiv mit uns zu gestalten.

*J. Wiskemann et al.: Körperliches Aktivitätsverhalten postoperativer Darmkrebspatienten. Bewegungstherapie und Gesundheitssport 2016; 32: 55-59

THERAPIEANGEBOT

Informationen zum Bewegungs- und psychoonkologischen Betreuungsangebot:

- Die Bewegung erfolgt unter Anleitung qualifizierter Sporttherapeuten
- Psychoonkologische Begleitung der Teilnehmer durch DKG-zertifizierte Psychoonkologen
- Organisation in kleinen Gruppen
- Durchführen angepasster Bewegungsformen hinsichtlich Beweglichkeit und Krafterhalt
- Kennenlernen und Ausprobieren von Entspannungstechniken
- Miteinander reden über das Erlebte und Wahrgenommene

Bei entsprechender Stabilisierung und höherem Leistungsniveau kann auf Wunsch des Patienten eine Überführung in eine reguläre Rehabilitationssportgruppe (nach der Krebserkrankung) erfolgen.

Ziele:

- Stabilisierung und Verbesserung physischer sowie psychischer Ressourcen
- Stärkung des Selbstbewusstseins sowie Abbau von Ängsten im Umgang mit der Erkrankung
- Vermittlung von positivem Körpererleben
- Halt und Unterstützung durch Gleichgesinnte
- Austausch mit Betroffenen

Allgemeine Hinweise:

Das Angebot ist speziell auf Krebspatienten in der Akuttherapie ausgerichtet.

Alle Patienten, die an unserem Bewegungs-, Entspannungs- und Beratungsangebot teilnehmen möchten, erhalten vor Beginn ein Anamnesegespräch. Dazu bringen Sie bitte die ärztliche Bescheinigung Ihres behandelnden Arztes mit. Diese finden Sie auf der Rückseite des Flyers.

ÄRZTLICHE BESCHEINIGUNG - Darf nicht älter als 8 Wochen sein

Name:

Vorname:

Geburtsdatum:

Die Sporttauglichkeit für das Sportprojekt „Aktiv bewegen und entspannen bei Krebs“ wird hiermit dem o. g. Patienten bescheinigt.

Bitte kreuzen Sie entsprechend an:

ja

nein

Ärztlicher Hinweis:

Ort, Datum

Unterschrift des Arztes, Praxisstempel

KONTAKT

Projektleitung

Prof. Dr. med. Th. Fischer, Vorsitzender des Tumorzentrums
Stefanie Deutsch, Geschäftsführung
Tumorzentrum Magdeburg/Sachsen-Anhalt e. V.
Haus 2, Leipziger Straße 44, 39120 Magdeburg
<http://www.tzsa.ovgu.de/>



Kooperationspartner

Universitätsklinik für Psychosomatische Medizin und
Psychotherapie, Haus 19
Leipziger Straße 44, 39120 Magdeburg
<http://www.kpsm.ovgu.de/Patienten/Psychosoziale+Krebsberatungsstelle.html>



Verein für Gesundheit, Bewegung und Sport e. V. (VGBS e. V.)
an der Otto-von-Guericke-Universität Magdeburg
Universitätsplatz 12, 39104 Magdeburg
<http://www.vgbs.de/>



Anmeldung/Teilnahme

Eine Teilnahme am Bewegungs- und psychoonkologischen
Betreuungsprojekt ist nur nach vorheriger Anmeldung
und einem Anamnesegespräch im VGBS möglich.

Die Teilnahme kann jederzeit - nach Rücksprache - erfolgen
und ist für Sie kostenfrei.

Beginn des Projektes ist der 01. August 2017.

Das Angebot findet im Verein für Gesundheit, Bewegung
und Sport am Universitätsplatz 12, 39104 Magdeburg statt.

Bitte melden Sie sich per Telefon: 0391/555 77 54 an oder
schreiben Sie eine E-Mail an: info@vgbs.de

Weitere Informationen zum Projekt finden Sie unter:
www.aktiv-bei-krebs.vgbs.de

Bewegungs- und psychoonkologisches
Betreuungsprojekt

Sporttherapeuten leiten
Psychoonkologen begleiten
Entspannen, Bewegen, Gespräche führen

Ein kostenfreies Angebot für
Krebspatienten in der Akutversorgung
Beginn: 01. August 2017



Tumorzentrum Magdeburg/
Sachsen-Anhalt e. V.