

Sport während der Chemotherapie – Erfahrungen bezüglich Durchführbarkeit und Analyse der Lebensqualität

Sports during chemotherapy – experiences regarding the feasibility and analysis of the quality of life

Abstract

Sport seems to improve prognosis in tumor patients and also own the potential to reduce side effects of therapy. For this reason sports groups are increasingly offered to oncological patients. For this reason it makes sense to reflect the implementation of such a group which pursued no selection in view of patients, diagnoses or chemotherapy in the everyday practise regarding the security and the effect on quality of life of the patients.

In our study sport therapy could take place without restrictions. With the exception of fatigue an improvement of the quality of life could be shown. In particular an improvement of polyneuropathy seems noteworthy.

Keywords: sports, exercise, cancer, safety

Zusammenfassung

Sport bei Tumorpatienten scheint neben einer Verbesserung der Prognose der Erkrankung auch das Potential zu besitzen, Nebenwirkungen der Therapie mildern zu können. Aus diesem Grunde werden landesweit zunehmend Sportgruppen für onkologische Patienten angeboten. Aus diesem Grunde erscheint es sinnvoll, die Durchführung einer solchen Gruppe, die keine Selektion in Hinblick auf Patienten, Diagnosen oder Chemotherapie betrieb, in der täglichen Praxis zu reflektieren, was die Sicherheit der Durchführung und den Effekt auf die Lebensqualität der Patienten angeht.

Die durchgeführten Therapien konnten ohne Einschränkungen erfolgen. Mit Ausnahme von Fatigue konnte eine Verbesserung der Lebensqualität gezeigt werden. Insbesondere eine Verbesserung der Polyneuropathie scheint bemerkenswert.

Schlüsselwörter: Sport, Bewegung, Krebs, Sicherheit

U. Seifart¹
O. Paasch¹
F. Merkel¹
C. Leitseder¹
B. Helm¹
U. Albert²
P. Olbert³
J. Riera⁴
Arbeitskreis Sport und Krebs in der Region Marburg-Biedenkopf

1 Klinik Sonnenblick, Marburg, Deutschland

2 Klinik für Gynäkologie, gynäkologische Endokrinologie und Onkologie, Brustzentrum Regio, Universitätsklinikum Giessen und Marburg GmbH, Standort Marburg, Deutschland

3 Klinik für Urologie und Kinderurologie, Universitätsklinikum Giessen und Marburg GmbH, Standort Marburg, Deutschland

4 Klinik für Innere Medizin, Schwerpunkt Hämatologie Onkologie und Immunologie, Universitätsklinikum Giessen und Marburg GmbH, Standort Marburg, Deutschland

Einleitung

Wenngleich die Behandlung maligner Tumoren eine stetige Verbesserung erfährt, suchen immer häufiger Patienten

und Betroffene nach zusätzlichen Therapiemöglichkeiten. Die Motivation hierfür findet sich in dem verständlichen Wunsch, ein Tumorrezidiv zu verhindern und tumorbedingte Symptome, krankheits- oder therapiebedingte

Symptome und den krankheitsbedingten Funktionsverlust von Organsystemen zu reduzieren. Diese können beispielsweise eine eingeschränkte körperliche Leistungsfähigkeit, ein gestörtes seelisches Gleichgewicht, Übelkeit, Appetitmangel, Gewichtsverlust, chronische Erschöpfung (Fatigue), Schwäche, Depressionen, Blutbildveränderungen sein. Körperliche Aktivität kann nahezu alle der genannten Symptome positiv beeinflussen.

Aus diesem Grunde werden landesweit zunehmend Sportgruppen für onkologische Patienten angeboten. Unklar ist allerdings trotz der guten Studienlage, welche Art von Sport und in welchem Umfang dieser den Patienten in einer solchen Sportgruppe angeboten werden soll bzw. kann. Aus diesem Grunde erscheint es sinnvoll, die Durchführung einer solchen Gruppe in der täglichen Praxis zu reflektieren, was die Sicherheit der Durchführung und den Effekt auf die Lebensqualität der Patienten angeht.

Methode

In Kooperation mit dem Landessportbund, der Universitätsklinik Marburg Gießen-Marburg, Standort Marburg und der Rehabilitationsklinik Sonnenblick in Marburg erfolgte der Aufbau einer Sportgruppe für Patienten unter Chemotherapie. An dieser nahmen zwischen 6 und 18 Personen über 1 Jahr teil. Die Sporttherapie wurde 1x wöchentlich angeboten und umfasste neben einem medizinisch dosierten Muskelaufbautraining, Therapien zur Gleichgewichtsschulung, Entspannungstherapie, Ballspiele und therapeutisches Klettern.

Die Belastungsgrenzen wurden nach subjektiven Angaben der Patienten ermittelt. Eine Erfassung anhand von MET erfolgte nicht.

Die Therapien wurden durch onkologisch geschulte Physiotherapeuten durchgeführt.

Die Lebensqualität wurde durch Lebensqualitätsbögen (QLQ C-30) zu Beginn und am Ende der 1-jährigen Sporttherapie gemessen. Dies war bei insgesamt 6 Patienten möglich.

Resultate

Die durchgeführten Therapien konnten ohne Einschränkungen erfolgen. Nebenwirkungen der Sporttherapie oder eine Reduktion der Chemotherapie während der Sporttherapie waren nicht zu beobachten.

Eine komplette Analyse der Lebensqualität war an 6 Patienten zu erheben.

Diese zeigte folgende Veränderungen:

Die Frage „Müssen Sie tagsüber im Bett liegen oder in einem Sessel sitzen?“ beantworteten die Patienten wie folgt, wobei die blaue Säule die Antworten vor und die rote Säule die Antworten nach der Chemotherapie zeigen: siehe Abbildung 1.

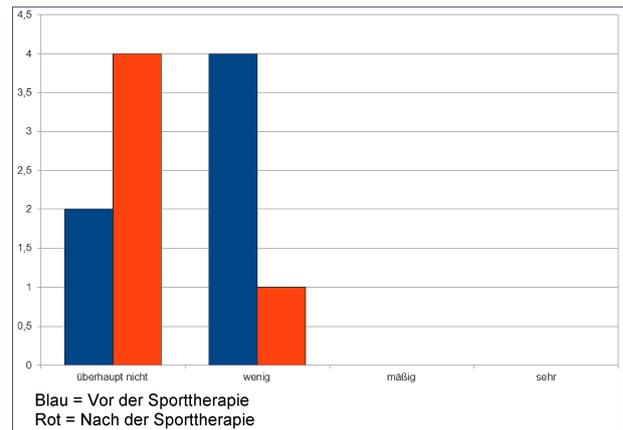


Abbildung 1: Müssen Sie tagsüber im Bett liegen oder in einem Sessel sitzen?

Die Frage „Hatten Sie in der letzten Woche Schmerzen?“ entwickelte sich wie folgt: siehe Abbildung 2.

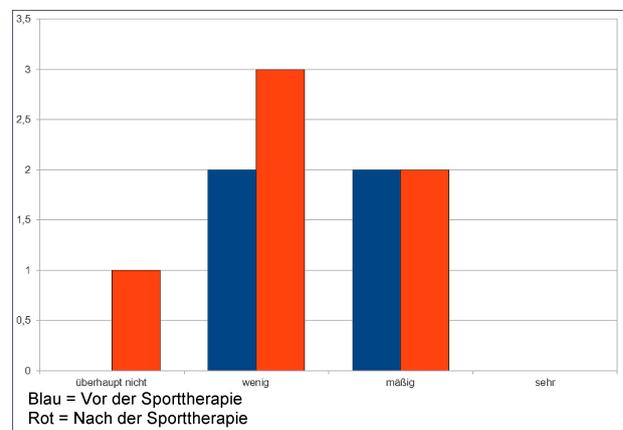


Abbildung 2: Hatten Sie in der letzten Woche Schmerzen?

„Fühlten Sie sich in der letzten Woche schwach?“, siehe Abbildung 3.

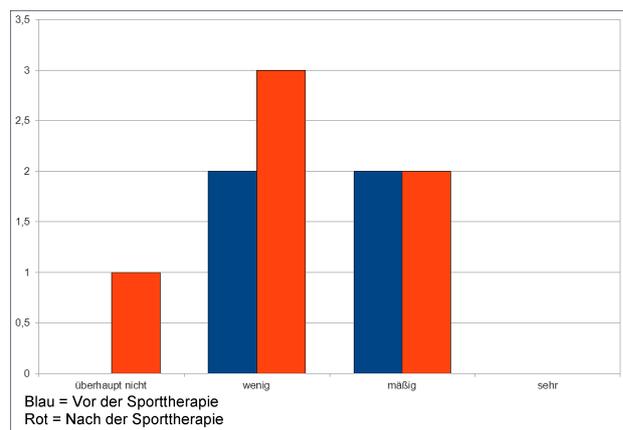


Abbildung 3: Fühlten Sie sich in der letzten Woche schwach?

Neben den körperlichen Veränderungen wurden, dem Fragebogen entsprechend auch psychische Veränderungen erfragt: „Hatten Sie in der letzten Woche Schwierigkeiten sich an Dinge zu erinnern?“, siehe Abbildung 4.

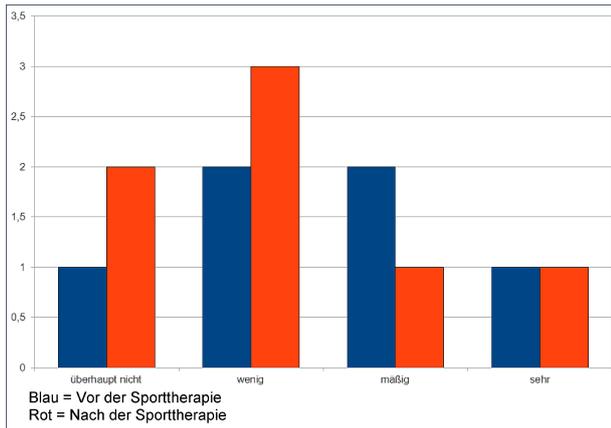


Abbildung 4: Hatten Sie in der letzten Woche Schwierigkeiten sich an Dinge zu erinnern?

Die zwei Fragen Fatigue betreffend zeigten folgendes Ergebnis: „Waren Sie in der letzten Woche müde?“ (Abbildung 5); „Hatten Sie in der letzten Woche Schwierigkeiten sich an Dinge zu erinnern?“ (Abbildung 6).

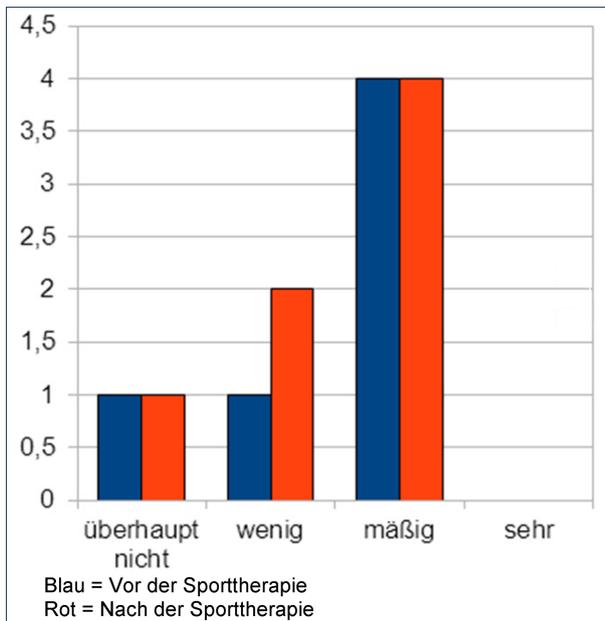


Abbildung 5: Waren Sie in der letzten Woche müde?

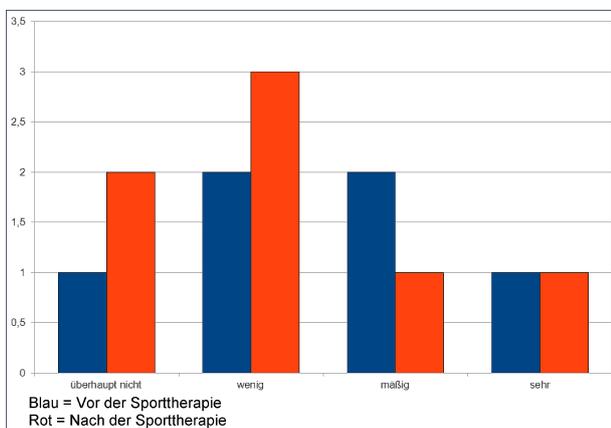


Abbildung 6: Hatten Sie in der letzten Woche Schwierigkeiten sich an Dinge zu erinnern?

Den Gesundheitszustand allgemein beurteilten die befragten Patienten wie folgt: siehe Abbildung 7.

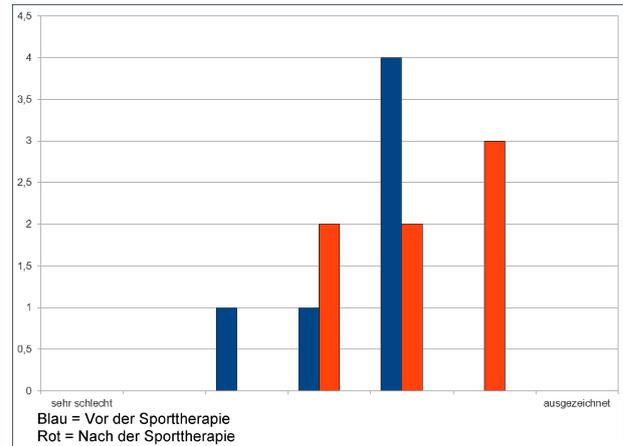


Abbildung 7: Beurteilung des Gesundheitszustands allgemein

Die Frage bezüglich der Veränderung einer Polyneuropathie („Hatten Sie während der letzten Woche kribbelnde Hände oder Füße?“) zeigte folgendes Resultat: siehe Abbildung 8.

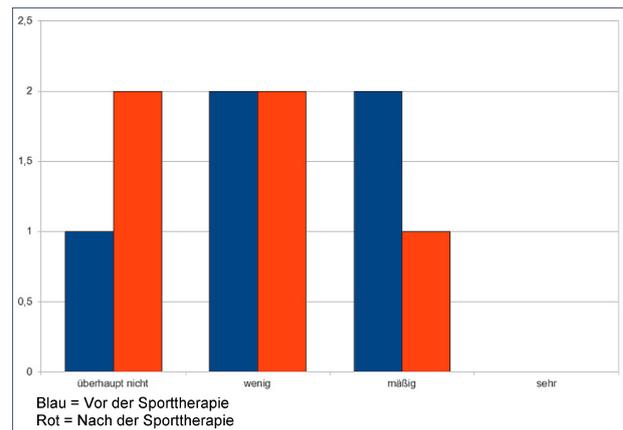


Abbildung 8: Hatten Sie während der letzten Woche kribbelnde Hände oder Füße?

Diskussion

Das von uns gewählte Therapieprogramm erwies sich als machbar und ohne Komplikationen durchführbar. Somit glauben wir, dass auch außerhalb von Studien ohne jegliche Selektion, was Tumorindikation und Chemotherapie betrifft, Patienten, die eine Chemotherapie erhalten, eine Sporttherapie durch qualifizierte Physiotherapeuten angeboten werden kann.

Die Analyse der Lebensqualität zeigt ein für uns teilweise überraschendes Ergebnis. So konnte eine Fatiguesymptomatik in unserem Patientenkollektiv nicht wesentlich gebessert werden. Dies steht in einem deutlichen Gegensatz zu den bisher publizierten Daten [1], [2], [3], [4], [5], [6], [7], [8].

Die Erklärung hierfür mag in dem sehr kleinen Patientenkollektiv, welches wir überschauen, liegen. Darüber hin-

aus finden sich aber auch Publikationen wie z.B. von Markes et al. 2006 [9], die einen positiven Effekt von Sport auf eine Fatigue-Symptomatik nicht nachweisen konnten.

Konstant zu den bisher bekannten Untersuchungen finden sich die positiven Effekte auf die Lebensqualität, insbesondere was die Beurteilung des allgemeinen Gesundheitszustands, den Grad der Fitness betrifft. Diese Beobachtungen sind konkordant zu den bekannten publizierten Effekten [1], [2], [3], [4], [5], [6], [7], [8], [10]. Positiv wurde von unseren Patienten auch der Effekt der Sporttherapie auf ihre Schmerzen beurteilt. Wenngleich der Unterschied aufgrund der kleinen Patientengruppe nur durch 2 Patienten zustande kommt, lässt sich sicher feststellen, dass in unserem Patientenkollektiv regelmäßiger Sport die Schmerzen, die therapie- und/oder erkrankungsbedingt waren, nicht verstärkt. Eine Frage, die viele Patienten eher davon abhält Sport zu treiben.

Fazit

Die hier vorgestellte Untersuchung zeigt, dass Patienten, die bezüglich ihrer Chemotherapie und Tumorentität bewusst nicht selektioniert wurden, sicher und ohne negative Effekte eine Sporttherapie 1x/Woche über 1 Jahr angeboten werden kann.

Anmerkungen

Interessenkonflikte

Die Autoren erklären, dass sie keine Interessenkonflikte in Zusammenhang mit diesem Artikel haben.

Literatur

- Cramp F, Daniel J. Exercise for the management of cancer-related fatigue in adults. *Cochrane Database Syst Rev.* 2008;(2):CD006145. DOI: 10.1002/14651858.CD006145.pub2
- Brown JC, Huedo-Medina TB, Pescatello LS, Pescatello SM, Ferrer RA, Johnson BT. Efficacy of exercise interventions in modulating cancer-related fatigue among adult cancer survivors: a meta-analysis. *Cancer Epidemiol Biomarkers Prev.* 2011 Jan;20(1):123-33. DOI: 10.1158/1055-9965.EPI-10-0988
- Kangas M, Bovbjerg DH, Montgomery GH. Cancer-related fatigue: a systematic and meta-analytic review of non-pharmacological therapies for cancer patients. *Psychol Bull.* 2008 Sep;134(5):700-41. DOI: 10.1037/a0012825
- National Comprehensive Cancer Network (NCCN). Cancer-related Fatigue, V.1.2010. Available from: <http://www.nccn.org/>
- Schmitz KH, Courneya KS, Matthews C, Demark-Wahnefried W, Galvão DA, Pinto BM, Irwin ML, Wolin KY, Segal RJ, Lucia A, Schneider CM, von Gruenigen VE, Schwartz AL; American College of Sports Medicine. American College of Sports Medicine roundtable on exercise guidelines for cancer survivors. *Med Sci Sports Exerc.* 2010 Jul;42(7):1409-26. DOI: 10.1249/MSS.0b013e3181e0c112
- Mishra SI, Scherer RW, Snyder C, Geigle PM, Berlanstein DR, Topaloglu O. Exercise interventions on health-related quality of life for people with cancer during active treatment. *Cochrane Database Syst Rev.* 2012;8:CD008465. DOI: 10.1002/14651858.CD008465.pub2
- Henke C, Cabri J, Fricke L, Kandilakis G, Wulf P, Feyer PC, de Wit M. Gesteigerte körperliche Aktivität bei Lungenkrebspatienten während palliativer Chemotherapie - eine randomisierte kontrollierte Studie. *DGHO; 2012. Abstract 355.* Available from: <https://m.dgho2012.de/abstract?aid=355>
- Segal RJ, Reid RD, Courneya KS, Malone SC, Parliament MB, Scott CG, Venner PM, Quinney HA, Jones LW, D'Angelo ME, Wells GA. Resistance exercise in men receiving androgen deprivation therapy for prostate cancer. *J Clin Oncol.* 2003 May;21(9):1653-9. DOI: 10.1200/JCO.2003.09.534
- Markes M, Brockow T, Resch KL. Exercise for women receiving adjuvant therapy for breast cancer. *Cochrane Database Syst Rev.* 2006;(4):CD005001. DOI: 10.1002/14651858.CD005001.pub2
- Knols R, Aaronson NK, Uebelhart D, Fransen J, Aufdemkampe G. Physical exercise in cancer patients during and after medical treatment: a systematic review of randomized and controlled clinical trials. *J Clin Oncol.* 2005 Jun;23(16):3830-42. DOI: 10.1200/JCO.2005.02.148

Korrespondenzadresse:

Priv. Doz. Dr. med. U. Seifart
Klinik Sonnenblick, Amöneburger Straße 1-6, 35043
Marburg, Tel.: 06421-295501
ulf.seifart@drv-hessen.de

Bitte zitieren als

Seifart U, Paasch O, Merkel F, Leitseder C, Helm B, Albert U, Olbert P, Riera J, Arbeitskreis Sport und Krebs in der Region Marburg-Biedenkopf. Sport während der Chemotherapie – Erfahrungen bezüglich Durchführbarkeit und Analyse der Lebensqualität. *GMS Onkol Rehabil Sozialmed.* 2013;2:Doc01. DOI: 10.3205/ors000006, URN: urn:nbn:de:0183-ors0000065

Artikel online frei zugänglich unter

<http://www.egms.de/en/journals/ors/2013-2/ors000006.shtml>

Veröffentlicht: 02.07.2013

Copyright

©2013 Seifart et al. Dieser Artikel ist ein Open Access-Artikel und steht unter den Creative Commons Lizenzbedingungen (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/deed.de>). Er darf vervielfältigt, verbreitet und öffentlich zugänglich gemacht werden, vorausgesetzt dass Autor und Quelle genannt werden.