



Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg
Medizinische Fakultät Mannheim
Dissertations-Kurzfassung

**Einfluss körperlicher Aktivität auf die Lebensqualität von Patienten
unter Chemotherapie**

Autor: Anna-Lena Heußner
Institut / Klinik: III. Medizinische Klinik
Doktorvater: Prof. Dr. R.-D. Hofheinz

Durch bessere Therapiemöglichkeiten verschiedener Tumorentitäten konnte das Gesamtüberleben von Krebspatienten in den letzten Jahren deutlich verbessert werden. Dadurch gewinnen sowohl Erhaltung als auch Verbesserung der Lebensqualität der Patienten zunehmend an Gewicht. Zielsetzung dieser Arbeit war es, den Einfluss von körperlicher Aktivität auf die Lebensqualität von Krebspatienten unter chemotherapeutischer Behandlung zu untersuchen. Ergänzend sollten die optimalen Bedingungen eines Trainingsprogrammes für Krebspatienten evaluiert werden. Die Datenerhebung erfolgte an 276 Patienten des Tages-Therapie Zentrums des Universitätsklinikums Mannheim. Neben Fragen zur Person und zur Erkrankung vervollständigten die Patienten freiwillig und unter anonymen Bedingungen einen Fragebogen zum sportlichen Interesse, den Freiburger Fragebogen zur Ermittlung der Gesamtaktivität und den EORTC QLQ-C30 zur Bestimmung der Lebensqualität.

In den Ergebnissen konnte eine positive Korrelation zwischen der Gesamtaktivität und der allgemeinen Lebensqualität der Patienten nachgewiesen werden. Bei der Einteilung der Patienten in zwei Gruppen mit entweder weniger oder mindestens 18 MET-Stunden pro Woche zeigte sich für die aktivere Gruppe eine signifikant bessere Lebensqualität, körperliche Funktionsfähigkeit, Rollenfunktion und soziale Funktionsfähigkeit. Daneben traten die Symptome Fatigue, Nausea, Schmerzen, Appetitmangel und Obstipation signifikant seltener auf. Ein Zusammenhang zwischen körperlicher Aktivität und Lebensqualität kann somit für Patienten unterschiedlicher Tumorentitäten unter chemotherapeutischer Behandlung bestätigt werden. Weiterhin wiesen Patienten, die vor Bekanntwerden der Krebsdiagnose regelmäßig körperlich aktiv waren, sowohl eine höhere Gesamtaktivität als auch eine höhere Lebensqualität auf. Während 48,2% der Patienten ihr Interesse an der Teilnahme eines Trainingsprogramms bekundeten, fühlten sich 77,2% der Patienten körperlich zu sportlicher Aktivität in der Lage. Insgesamt wird ein Training von leichter bis mittlerer Intensität bevorzugt, das ein- bis zweimal wöchentlich in Form eines Gruppentrainings im Krankenhaus bzw. Rehasentrum stattfindet und unter Anleitung eines Trainers erfolgt.

Krebspatienten sollten in Zukunft noch stärker über die positive Wirkung von körperlicher Aktivität auf die Lebensqualität und die therapie- und tumorbezogenen Symptome informiert und zu einer Aktivität von mindestens 18 MET-Stunden pro Woche ermutigt werden. Weiterhin sollte die Etablierung eines Trainingsprogramms für Krebspatienten initiiert werden. Da über den Zusammenhang zwischen Ursache und Wirkung in der vorliegenden Studie keine sichere Aussage getroffen werden kann, sollte eine randomisierte, kontrollierte Interventionsstudie durchgeführt werden. Auch sollten die langfristigen Auswirkungen von körperlicher Aktivität auf die Lebensqualität im Fokus weiterer Studien stehen.