



ZURÜCK IN DIE NORMALITÄT FINDEN – MIT SPORT UND SPASS

TEXT: MIRIAM MIRZA

Haben Kinder und Jugendliche Krebs, fällt die körperliche Betätigung oft hintenüber. Das deutschlandweit agierende Netzwerk **ActiveOncoKids** nimmt ihnen Ängste und macht Mut, trotz onkologischer Behandlung aktiv zu bleiben.

Erkranken Kinder an Krebs, beschäftigt dies sie und ihre Familien in hohem Maße: Wird das Kind wieder gesund? Wenn ja, wie wird es weitergehen? Und manche fragen sich auch, ob sie ihren heißgeliebten Sport weitermachen können – Fuß- oder Handball, Akrobatik oder Reiten. Mit solchen Fragen können sich Betroffene an das bundesweit tätige Netzwerk ActiveOncoKids wenden.

Das Netzwerk hat das Ziel, Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen während sowie nach einer

Krebserkrankung Sport- und Bewegungsangebote im gesamten Bundesgebiet zu ermöglichen. Nach dem Motto „sport is a right – not a privilege“ setzen sich die Netzwerkmitglieder seit 2012 dafür ein, existierende speziell auf Krebskranke bezogene Sportkonzepte bekannter zu machen und Kompetenzen zu bündeln. Das interdisziplinäre Team besteht unter anderem aus Sportwissenschaftlerinnen und -wissenschaftlern, Ärztinnen und Ärzten sowie Physiotherapeutinnen und -therapeuten. Expertisen sollen ausgetauscht

und Synergieeffekte genutzt werden. Vor allem soll deutlicher werden, wie positiv sich Sport auch auf junge Menschen mit einer Krebserkrankung auswirkt.

Koordinatorin Gabriele Gauß und Netzwerksprecherin Dr. Miriam Götte, beide Sportwissenschaftlerinnen an der Uni-Kinderklinik Essen, an der das Netzwerk aktuell „angedockt“ ist, freuen sich, dass das Netzwerk ActiveOncoKids in den vergangenen Jahren viele Standorte dazugewonnen hat; mittlerweile

www Information



sind es mehr als 25. Dazu gehören sowohl Akutkliniken (etwa die Kinderkliniken München, Köln, Lübeck, Hamburg, Frankfurt, Mainz) als auch Rehabilitationskliniken und weitere Anbieter von qualifizierten Bewegungsangeboten wie zum Beispiel das Waldpiraten-Camp der Deutschen Kinderkrebsstiftung. Finanziert wird die Organisation größtenteils durch Spenden. Seit 2019 erhält sie außerdem eine Förderung zur Sicherung einer Personalstelle durch die Stiftung Deutsche Krebshilfe.

Wieder in Bewegung kommen

Das Netzwerk setzt sich dafür ein, dass die sportliche Bewegung während einer Krebsbehandlung nicht ins Hintertreffen gerät. „Vormals aktive Kinder und Jugendliche mit starkem Bewegungsdrang können sich leider häufig nicht mehr im organisierten Sport ausleben, da sie während der Therapie nicht in die Schule gehen oder den Sportverein aufsuchen können. Wir wollen Bewegungsmöglichkeiten aufzeigen, Bewegungsbarrieren abbauen und den Kindern ein Stück Normalität zurückgeben“, sagt Dr. Miriam Götte. Viele Betroffene seien durch die Krankheit und die damit verbundene Zwangspause oft lange inaktiv. Das kann gravierende Folgen wie Herzprobleme, Übergewicht und fehlende körperliche Belastbarkeit mit sich bringen. Darüber hinaus schränken starke körperliche Veränderungen, die von der Erkrankung herrühren, oftmals sehr ein, so Götte. Daher legt das Netzwerk ein besonderes Augenmerk auf Betroffene, die mit bleibenden körperlichen oder psychischen Handicaps, etwa Erschöpfungszuständen, Gleichgewichtsproblemen, Seheinschränkungen oder auch Amputationen, wieder in die sportliche Betätigung einsteigen wollen.

Hilfreich ist auch, dass das Netzwerk Verunsicherung und Ängste nehmen kann. Viele Kinder und Jugendliche, aber auch Lehrerinnen und Lehrer in den Schulen sowie Trainerinnen und Trainer in Vereinen wissen oft nicht, was krebsbedingt körperlich noch zumutbar und möglich ist. Häufig

Kontakt zum Netzwerk ActiveOncoKids
Betroffene, Behandelnde und Bewegungsfachkräfte wenden sich bitte an:
Netzwerkkoordinatorin Gabriele Gauß und
Netzwerksprecherin Dr. Miriam Götte

E-Mail: kontakt@activeoncokids.de
Tel.: 0201 723 6563
activeoncokids.de

gibt es Fragen zur Sicherheit. Auch dafür sei das Netzwerk ein guter Ansprechpartner und unterstütze sowohl Lehrende als auch Betroffene ortsunabhängig im Rahmen einer kostenfreien sportwissenschaftlichen Beratung, sagt Miriam Götte. „Und durch unsere Netzwerkstruk-

der die jungen Krebserkrankten aufnimmt und beim Training deren mögliche Einschränkungen im Blick behält. „Unsere intensive Beratung und Betreuung kann helfen, neue sportliche Perspektiven aufzuzeigen“, betont Miriam Götte. Langfristig lasse sich so der Fitnesszustand verbessern, Spätfolgen können möglicherweise verringert und ein aktiverer Lebensstil ermöglicht werden.



DR. MIRIAM GÖTTE

Sportwissenschaftlerin an der
Kinderklinik am Uniklinikum Essen
und Netzwerksprecherin

tur können wir unser Expertenwissen untereinander auf kurzem Wege austauschen. Wenn beispielsweise jemand in Münster besonderes Wissen über das Thema „Skifahren mit Prothese“ habe, kann das auch Betroffenen an anderen Standorten zugutekommen, erläutert sie.

Fit sein – Spätfolgen verringern

Eltern, Kinder und Jugendliche können sich direkt an die zentrale Koordinationsstelle in Essen (siehe Infokasten) wenden, um Sport- und Bewegungsmöglichkeiten zu finden oder gemeinsam Trainingspläne zu erarbeiten. Das Netzwerk sucht auf Wunsch auch einen Sportverein,

Beratungsangebot für Kliniken

Doch nicht nur Betroffene und Bewegungsfachkräfte suchen bei dem Netzwerk ActiveOncoKids Rat, auch Krankenhäuser brauchen gelegentlich Unterstützung. Möchte etwa eine Klinik ein wissenschaftlich fundiertes Sportangebot etablieren, ist das Netzwerk Ansprechpartner und unterstützt mit Expertinnen und Experten. Diese zeigen auf, welche Sportangebote sich eignen, welche Qualifikation Sporttherapeutinnen und -therapeuten haben sollten und wie sich die Finanzierung umsetzen lässt. Die Empfehlungen sind wissenschaftlich fundiert, denn das Netzwerk macht eigene Studien und Umfragen, die beispielsweise die Verletzungsgefahr beim Sport untersuchen. Dies führt dazu, dass Sicherheitsstandards angepasst werden. „Uns geht es darum, dass Behandelnde Sport als wichtigen Teil der Therapie erkennen“, sagt Miriam Götte. Darüber hinaus sollen die wissenschaftlichen Untersuchungen dazu beitragen, die Sporttherapie stärker in der Krebsbehandlung zu etablieren. Aus diesem Grund engagieren sich Experten des Netzwerks auch bei der Erstellung einer entsprechenden medizinischen Leitlinie. ■