

„Onkologische
Bewegungstherapie“

**Unterstützung
bei der
Bekämpfung
von KREBS**

www.therapie-und-sport-wolters.de



THERAPIE UND

SPORT
Wolters

Krebs ist eine ernste Krankheit, die nicht nur körperlich, sondern auch emotional belastend sein kann.

Die Behandlung von Krebs umfasst häufig Chemotherapie, Bestrahlung und chirurgische Eingriffe, die nicht nur die Krankheit bekämpfen, sondern auch die körperliche und geistige Gesundheit beeinträchtigen können.

Um Patienten bei der Bekämpfung von Krebs zu unterstützen, wird immer häufiger auch auf die onkologische Bewegungstherapie zurückgegriffen.



Onkologische Bewegungstherapie ist ein Teilbereich der Physiotherapie, der sich auf die Behandlung von Krebspatienten spezialisiert hat.

Ziel dieser Therapieform ist es, Patienten bei der Wiederherstellung ihrer körperlichen Funktionen und bei der Verbesserung ihrer Lebensqualität zu unterstützen.

Die onkologische Bewegungstherapie beinhaltet eine Reihe von Übungen, die auf die Bedürfnisse und Fähigkeiten der einzelnen Patienten abgestimmt sind.

Diese Übungen können dazu beitragen, den Körper zu stärken, die Beweglichkeit und Koordination zu verbessern, Schmerzen zu lindern und die Energiereserven wieder aufzufüllen.

Onkologische Bewegungstherapie kann sowohl vor, während als auch nach einer Krebsbehandlung angewendet werden.

Vor einer Behandlung kann Bewegungstherapie dazu beitragen, den Körper auf die bevorstehende Belastung vorzubereiten und ihn zu stärken.

Während einer Behandlung kann Bewegungstherapie helfen, die körperlichen Auswirkungen der Therapie zu minimieren und die Lebensqualität zu verbessern.

Nach einer Behandlung kann Bewegungstherapie dazu beitragen, den Körper wieder in Form zu bringen und die körperlichen Funktionen zu verbessern.

Es ist jedoch wichtig zu beachten, dass onkologische Bewegungstherapie nicht für alle Patienten geeignet ist.

Einige Patienten können aufgrund ihrer Gesundheit oder ihrer Krankheit bestimmte Übungen nicht durchführen.

Ein wichtiger Bestandteil der onkologischen Bewegungstherapie ist die Schmerzlinderung.

Viele Krebspatienten leiden unter Schmerzen aufgrund der Krankheit oder der Behandlung.

Gezielte Übungen und Dehnungen können helfen, die Schmerzen zu lindern und die Beweglichkeit zu verbessern.

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist die Verbesserung der körperlichen Funktionen.

Krebsbehandlungen können die Beweglichkeit einschränken und die Muskelkraft verringern.

Onkologische Bewegungstherapie kann dabei helfen, die Beweglichkeit und Kraft wiederherzustellen, um die täglichen Aktivitäten wie Gehen, Treppensteigen oder Heben von

Ein weiteres Ziel der onkologischen Bewegungstherapie ist die Verbesserung der körperlichen Fitness.

Krebsbehandlungen können zu erhöhter Müdigkeit führen, aber regelmäßige Bewegung kann helfen, die Energiereserven wieder aufzufüllen und die Müdigkeit zu reduzieren.

Eine wichtige Sache, die beachtet werden sollte, ist, dass onkologische Bewegungstherapie kein Ersatz für die traditionelle Krebsbehandlung ist. Es sollte als Ergänzung zu anderen Behandlungen angesehen werden, um die bestmöglichen Ergebnisse zu erzielen.

In dem Bemühen, den Patienten bei der Bewältigung der Krebsbehandlung zu unterstützen, sollte onkologische Bewegungstherapie in den Behandlungsplan von Menschen mit Krebs aufgenommen werden.

Es bietet nicht nur körperliche Vorteile, sondern auch emotionalen und psychologischen Trost während einer schwierigen Zeit.

Die onkologische Bewegungstherapie wird von der Deutschen Krebsgesellschaft empfohlen & durch Krankenkassen unterstützt.

Wir bieten in unserer Praxis die OTT® - Onkologische Trainings- und Bewegungstherapie an.

Unsere OTT®-Therapeut*innen sind speziell für die Arbeit mit Krebspatient*innen ausgebildet.

Die OTT®-Therapeut*innen, wie auch Durchführung, Ablauf und Prozesse der OTT®, sind zertifiziert.

"Wie läuft die OTT® bei uns ab?"

1. Anamnesegespräch mit erfahrenen Therapeutinnen

- Individuelles Gespräch zur Erfassung der Gesundheitsdaten
- Erfahrene und speziell qualifizierte OTT®-Therapeutinnen

2. Erarbeitung des Trainingsplans

- Individueller Trainingsplan mit Kraft-, Ausdauer- und Koordinationsübungen
- Einbezug vorhandener Trainingsgeräte

3. Regelmäßige Teilnahme"

- Mindestens 1-2 x pro Woche
- Dauer: 3 bis 9 Monate

4. Fortlaufende Überwachung und Anpassung"

- Zwischendiagnostiken
- Eventuelle Anpassung des Trainingsprogramms

5. Tipps zur Fortführung"

- Empfehlungen für eine Fortführung des Trainings in der Einrichtung oder zuhause nach erfolgreichem Abschluss der onkologischen Bewegungstherapie.