

Benefiz-Rudern gegen Krebs

Mit einem Sportprogramm für Menschen mit Krebs in fortgeschrittenem Stadium hat die Chefärztin der Onkologie am Krankenhaus Nordwest, Elke Jäger, sehr gute Erfahrungen gemacht. "Die Erwartungen haben sich voll und ganz bestätigt", sagte die Professorin, die das gemeinsame Projekt mit den sportmedizinischen Instituten der Universitäten Frankfurt und Mainz vor zwei Jahren initiiert hat. Im Vergleich zu den nicht körperlich aktiven Patienten vertragen die sportliche Gruppe die Chemo- und Hormontherapie besser, Begleiterscheinungen wie Übelkeit, chronische Müdigkeit oder ein Absinken der Zahl der weißen Blutkörperchen seien deutlich abgemildert. Darüber hinaus fänden jene, die regelmäßig joggten, walkten, Rad führen oder ruderten, häufiger wieder in ihr normales Leben zurück und gingen auch wieder ihrem Beruf nach. Allerdings werde die dringend erforderliche sportmedizinische Begleitung nur teilweise von den Krankenkassen unterstützt, weshalb am 24. Juni wiederum die Benefizveranstaltung "Rudern gegen Krebs" in Mainz stattfindet.

Die sportmedizinischen Untersuchungen zu Beginn des Sportprogramms sowie nach zwei Wochen und nach drei Monaten wertete Jäger als "Schlüssel zum Erfolg". Denn die Belastungen müssten individuell zugeschnitten werden, damit sich niemand überfordere. Es sei für die Patienten sehr motivierend, schon nach zwei Wochen einen messbaren "erheblichen Konditionszuwachs" zu sehen. Damit gewönnen sie wieder Vertrauen zu ihrem Körper.

Rund 300 Frauen und Männer mit unterschiedlichen Krebserkrankungen nehmen nach den Worten von Jäger an dem Sportprogramm teil. Dabei handele es sich ausschließlich um Patienten mit Krebs in einem fortgeschrittenen Stadium; ein Fünfundzwanzigjähriger mit Prostatakrebs und Knochenmetastasen laufe sogar wieder Marathon. Um solche Höchstleistungen gehe es aber nicht. Ziel sei vielmehr ein moderates Ausdauertraining drei- bis fünfmal in der Woche. Am Krankenhaus Nordwest zum Beispiel existiere eine Walking-Gruppe, die ein Sporttherapeut begleite. Die meisten Patienten gehen Jäger zufolge ihrem Sportplan allerdings "in Eigenregie" nach, weil sie die Zeiten dann individueller gestalten könnten.

Für die Regatta am 24. Juni am Rheinufer in Mainz sind 60 Boote gemeldet. Gerudert wird im Doppel-Vierer mit Steuermann, die Startgebühr je Boot beträgt 250 Euro. Der Erlös soll nach Auskunft Jägers zu 100 Prozent der von ihr initiierten Stiftung "Leben mit Krebs" zugutekommen, die das sportmedizinische Begleitprogramm finanziere. Neben Ärzten, Vertretern aus Politik, Wirtschaft und Industrie beteiligten sich unter anderen auch Patienten an diesem Wettbewerb. rig.

Text: F.A.Z., 13.06.2007, Nr. 134 / Seite 45

© F.A.Z. Electronic Media GmbH 2001 - 2007
Dies ist ein Ausdruck aus www.faz.net