

# Implementierung eines dauerhaften gruppenbasierten Bewegungsangebotes für krebskranke Kinder und Jugendliche – Erfahrungen aus 5 Jahren

*Implementing Sustainable Physical Activity Opportunities in Pediatric Oncology – Five-Year Experience of a Group-Based Exercise Program*

ACCEPTED: February 2021

PUBLISHED ONLINE: September 2021

Daeggelmann J, Prokop A, Loesse V, Otten S, Maas V, Bloch W, Oschwald V. Implementing sustainable physical activity opportunities in pediatric oncology – Five-year experience of a group-based exercise program. *Dtsch Z. Sportmed.* 2021; 72: 223-229. doi:10.5960/dzsm.2021.477

## Design der Studie

Kinder und Jugendliche zeigen nach einer onkologischen Therapie häufig eine reduzierte körperliche Leistungsfähigkeit und weisen ein niedriges Aktivitätslevel auf. Aus diesem Grund sind spezifische Bewegungsprogramme notwendig. Dieser Artikel beschreibt beispielhaft die Implementierung eines dauerhaften Bewegungsprogramms für ehemals an Krebs erkrankte Kinder und Jugendliche.

## Methoden

Das gruppenbasierte Nachsorgesportprogramm der Deutschen Sporthochschule Köln wurde im Mai 2012 im Kinderkrankenhaus Amsterdamer Straße in Köln initiiert. Kinder und Jugendliche im Alter zwischen 3 und 18 Jahren, die die stationäre onkologische Therapie beendet hatten, konnten gemeinsam mit Geschwistern/Freunden am Programm teilnehmen.

Daten aus den ersten fünf Jahren (Mai 2012 bis Mai 2017) wurden retrospektiv in Bezug auf die Sicherheit, Teilnahmequote, Hindernisse und Reintegration in allgemeine Sportstrukturen analysiert.

## Ergebnisse und Diskussion

Im Auswertungszeitraum nahmen 32 Betroffene und 14 gesunde Geschwister/Freunde am Nachsorgesportprogramm teil. Die Teilnahmedauer betrug in der Regel 6 bis 18 Monate. Die Teilnahmequote an den Trainingseinheiten lag bei 60%. Ursachen, warum Trainingseinheiten abgesagt wurden, waren insbesondere medizinischer Natur bzw. durch Ferien/Urlaub begründet. Es traten keine schwerwiegenden unerwünschten Ereignisse auf. Ein Großteil der Betroffenen nahm am Ende der Programmteilnahme am Kindergarten-/Schulsport sowie am Freizeit-/Vereinsport teil.

## Was ist neu und relevant?

Die Ergebnisse zeigen, dass ein gruppenbasiertes Bewegungsprogramm in der Nachsorge einer pädiatrisch-onkologischen Erkrankung mit Interesse und hoher Motivation von den Betroffenen angenommen wird. Obwohl viele Betroffene bereits nach sechs Monaten eine mit gesunden Kindern und Jugendlichen vergleichbare motorische Leistungsfähigkeit aufwiesen, nahmen sie in der Regel für 6-18 Monate am Programm teil. Dies könnte darauf hinweisen, dass die Betroffenen längere Zeit benötigen, um den Schritt in den Freizeit-/Vereinsport zu wagen.

## Methodische Einschränkungen und Störfaktoren

Aufgrund der retrospektiven Auswertung, die in wenigen Fällen zu fehlenden Informationen führte, sind die Ergebnisse limitiert.

## Fazit für die Praxis

- Ehemals an Krebs erkrankte Kinder und Jugendliche zeigen ein hohes Interesse an einem wöchentlichen, spielerischen Training gemeinsam mit anderen Betroffenen.
- Die Integration von Geschwistern und Freunden wurde sehr positiv bewertet und ermöglicht den Aufbau von altersgerechten Trainingsgruppen.
- Neben supervidierten Trainingseinheiten kann die Anleitung zu einem selbständigen Training zu Hause eine sinnvolle Ergänzung darstellen.

1. GERMAN SPORT UNIVERSITY COLOGNE, *Institute of Cardiology and Sport Medicine, Department of Molecular and Cellular Sport Medicine, Cologne, Germany*
2. MUNICIPAL CLINICS OF COLOGNE, *Children's Hospital Amsterdamer Straße, Clinic for Children and Youth Medicine, Pediatric Oncology/Hematology, Cologne, Germany*
3. HELIOS CLINICS OF SCHWERIN, *Clinic for Children and Youth Medicine, Pediatric Oncology/Hematology, Schwerin, Germany*
4. UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES AND MEDICAL UNIVERSITY, *Medical School Hamburg (MSH), Hamburg, Germany*



Article incorporates the Creative Commons Attribution – Non Commercial License.  
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>



QR-Code scannen und Artikel online lesen.

## KORRESPONDENZADRESSE:

Dr. Julia Daeggelmann  
German Sport University Cologne, Institute of Cardiology and Sport Medicine  
Department of Molecular and Cellular Sport Medicine, Am Sportpark Müngersdorf 6,  
50933 Cologne, Germany  
✉: [j.daeggelmann@dshs-koeln.de](mailto:j.daeggelmann@dshs-koeln.de)