



Das Trainieren von Koordination und Geschicklichkeit ist wesentlicher Bestandteil der Sporttherapie.

## MIT BEWEGUNG ZURÜCK INS LEBEN

### Gemeinsam die Sporttherapie für krebserkrankte Kinder stärken

#### Durch Bewegung zu neuem Lebensmut

Noah liebt Sport, ganz besonders Fußball. Wann immer es möglich ist, tritt der 7-Jährige gegen den Ball. Als Noah die Diagnose Blutkrebs erhält, sind es die Begeisterung für den Sport und die Leidenschaft an der Bewegung, die Noah Kraft und Lebensmut geben.

Seit Noah seine Therapie in der Kinderklinik an der Universitätsmedizin Essen begonnen hat, hat er keine Möglichkeit ausgelassen, um mit den Sporttherapeuten der Kinderklinik aktiv zu werden. Welchen Stellenwert das therapeutische Angebot für ihn einnimmt, verdeutlicht sein Sporttherapeut Christopher Blosch: „Selbst während der Intensivtherapie und am Tag seiner Port-OP haben Noah und ich gemeinsam trainiert – natürlich mit angepasster Intensität.“

## Ein Stück Normalität erhalten

In der Bewegungstherapie spielt Noah mit Therapeut Christopher Blosch – wie sollte es anders sein – am liebsten Fußball. „Mit einem Ball können wir Noah selbst an Tagen, an denen es ihm schlechter geht, immer motivieren“, erzählt der Sporttherapeut, der mit Sport und Bewegungseinheiten nicht nur die Wartezeiten für die jungen Patientinnen und Patienten in der Kinderklinik überbrückt, sondern ihnen etwas sehr Wichtiges zurückgibt: Mobilität und Selbstständigkeit. Der Sport bedeutet für die krebserkrankten Kinder ein Stück Normalität in einer Welt, die von der Krankheit geprägt ist. Dabei werden die Einheiten individuell an die Bedürfnisse der jungen Betroffenen angepasst. „Wir holen die Kinder spielerisch ab und zeigen ihnen, wie viel Kraft in ihnen steckt“, erzählt Dr. Miriam Götte, Leiterin der Arbeitsgruppe Sport und Bewegungstherapie. „Eine Mindestfitness ist nicht erforderlich.“

Wenn Noah Fußball spielt, kann er für einen Moment seine Krankheit vergessen.

## Bessere Therapieverträglichkeit

Das übergeordnete Ziel der Bewegungstherapie für krebserkrankte Kinder an der Universitätsmedizin Essen ist es, die jungen Patientinnen und Patienten trotz ihrer schweren Erkrankung fit und mobil zu halten. „Viele Kinder sagen ganz klar, dass sie das Krankenhaus nicht im Rollstuhl verlassen möchten“, erzählt Dr. Miriam Götte. Trainiert werden Kraft, Koordination und Ausdauer. Darüber hinaus gibt es Forschungsergebnisse, die auf eine immunologische Wirkung von Sport hindeuten und somit auf eine bessere Verträglichkeit der Therapie durch Bewegung. Bei Noah ist klar: Der Sport hilft ihm durch die kräftezehrende Chemotherapie. Kopfschmerzen, depressive Schübe und die Nebenwirkungen des Cortisons begleiten den sonst so aufgeweckten Jungen seit einem Jahr. Sein Vater berichtet: „Wir haben Noah nie davon abgehalten, sich zu bewegen. Wenn wir zur Behandlung in die Klinik kommen, lautet die erste Frage immer: ‚Papa, kommen die Sportis heute?‘ Wir merken, wie gut es ihm tut, sich bewegen zu können.“



## Abwechslung im Klinikalltag

Noah erzählt stolz: „Ich habe 100 Schritte auf dem Stepper geschafft!“ Die ansteckende Begeisterung des 7-Jährigen zeigt noch etwas Anderes: Die emotionale Stärkung durch Bewegung, das Auslösen von Glücksgefühlen und der Stolz, selbst etwas geschafft zu haben. „Die Sporttherapie wirkt multifaktoriell und stärkt die Kinder nicht nur physiologisch, sondern auch emotional-psychisch“, so Dr. Miriam Götte. Durch das bewegungstherapeutische Angebot erfahren die Kinder Abwechslung vom Klinikalltag. Zudem stellt das regelmäßige Angebot für die krebskranken Kinder eine Konstante in einer unsicheren Zeit dar. Für Noahs Vater steht fest: „Wir sind sehr dankbar, dass es die Sporttherapie in der Kinderklinik gibt.“



Noah und sein Vater sind ein starkes Team.

## Wissenschaftliche Erkenntnisse

Im Rahmen mehrerer Studien werden unterschiedliche Aspekte der sporttherapeutischen Wirkung bei krebskranken Kindern und Jugendlichen an der Universitätsmedizin Essen untersucht. So beschäftigt sich eine Studie mit der Frage, inwieweit die Sporttherapie das Immunsystem von stammzelltransplantierten Patientinnen und Patienten beeinflusst und ob der Sport dabei unterstützen kann, dass sich das Immunsystem und somit die körpereigene Virenabwehr nach der Therapie schneller wieder aufbaut. Eine andere Studie mit Knochentumorpatientinnen und –patienten analysiert mithilfe einer Prä-Post-Messung, inwiefern individuelles Training die Gangfähigkeit der jungen Betroffenen verbessert, die häufig unter körperlichen Funktionsverlusten leiden.

Durch die Sporttherapie lebt Noah auf. Sobald es losgeht, zeigt sich ein Lächeln auf seinem Gesicht.



### **Jede Spende hilft – jeder Beitrag zählt!**

Um schwerstkranke Kinder und Jugendliche im Rahmen der Sporttherapie noch besser fördern zu können, sind wir auf Hilfe angewiesen. Denn das Angebot geht über die medizinische Grundversorgung hinaus und kann nur mithilfe finanzieller Unterstützung ermöglicht werden. Helfen Sie mit, damit junge Patientinnen und Patienten wie Noah neuen Lebensmut aus der Bewegung schöpfen können.

### **Personal-Training für schwerkranke Kinder und Jugendliche mit hohem Bedarf**

Über die Bewegungstherapie in der Klinik hinaus, haben viele junge Krebskranke einen hohen Bedarf für zusätzliches Training zu Hause (Online-Personal-Training). Ebenso können aktuell noch keine Kinder von dem Angebot profitieren, die nicht an Krebs erkrankt sind, aber dennoch schwere Krankheiten haben. Daher möchten wir die Möglichkeit schaffen, das Angebot auszuweiten.

<b>Förderbedarf</b>	<b>Fördersumme</b>
anteilige Stellenfinanzierung für Online-Personal-Training	9.100 EUR
Sportgeräte (Kleingeräte) für das Personal-Training	700 EUR
Gesamtsumme	9.800 EUR

**Vielen herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!**