

Netzwerk ActiveOncoKids:

Bewegung, Spiel und Sport für Kinder und Jugendliche

„Kinder haben einen natürlichen Bewegungsdrang – sie spielen, toben und trainieren im Kindergarten, der Schule und in Sportvereinen. Für krebserkrankte Kinder jedoch sind durch die Krankenhausaufenthalte, die intensive medizinische Behandlung und die erhöhte Infektanfälligkeit die Bewegungsmöglichkeiten stark eingeschränkt. Zu den Folgen der langen Liegezeiten im Bett zählt u. a. auch die Abnahme der körperlichen Fitness.“ Der Sportwissenschaftlerin Dr. Miriam Götte zufolge können angepasste Sportprogramme positive Auswirkungen auf die körperliche und psychische Verfassung der Kinder haben. Wichtige Voraussetzungen für eine sichere und effektive Sporttherapie, so die Leiterin der Arbeitsgruppe Sport- und Bewegungstherapie der onkologischen Kinderklinik am Universitätsklinikum Essen, sei die intensive Betreuung durch qualifizierte Sportwissenschaftler. Denn das Sportprogramm muss täglich neu an die medizinische Situation der Kinder sowie deren individuelle Voraussetzungen und Wünsche angepasst werden.



Erfolgreich bei der Rehabilitation von onkologisch erkrankten Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen: die Surf Therapie. Mehr Infos: <https://meerlebensurf.com>

Dr. Götte gehört zum Team des Netzwerks ActiveOncoKids, dessen Hauptziel ist es, gemeinsam Bewegungsangebote und eine adäquate Sportförderung für Kinder und Jugendliche mit und nach einer Krebserkrankung zu ermöglichen. Das Netzwerk hilft Betroffenen auf der Suche nach individuellen Bewegungsmöglichkeiten und unterstützt Kliniken und Zentren beim Auf- und Ausbau von Bewegungs- und Sportangeboten.

www.activeoncokids.de

INTERVIEW

mit Dr. Miriam Götte



Frau Dr. Götte, wie ist das Netzwerk ActiveOncoKids entstanden?

Das Netzwerk ActiveOncoKids entwickelte sich aus dem Bedürfnis von Sporttherapeuten und -medizinern, sich zu vernetzen. Die Idee entstand 2012 im Uniklinikum Münster: Dort gab es bereits ein sporttherapeutisches Angebot und wir haben festgestellt, dass die Kollegen an einigen anderen Standorten das auch hatten. Man war aber nicht regelmäßig im Austausch und das wollten wir ändern. Neben dem Austausch untereinander sollte aber auch eine Anlaufstelle für Patienten und Eltern entstehen.

Wer kümmert sich um die Weiterentwicklung?

Seit 2019 wird das Netzwerk von der Deutschen Krebshilfe gefördert. Das hat uns einen großen Schritt nach vorne gebracht. Dadurch konnten wir eine Personalstelle für die Koordination schaffen, seitdem gibt es ein Logo und eine Homepage, wir sind auf Veranstaltungen aktiv, haben eine medizinische Leitlinie geschrieben, die kürzlich online erschienen ist und führen Studien durch.

Welche Ziele verfolgt das Netzwerk?

Großes Ziel ist es, mehr Kliniken davon zu überzeugen, sportmedizinische Therapie für ihre jungen Patienten anzubieten. Es gibt in Deutschland 60 Kliniken für Kinderonkologie, wir würden gerne den Anteil derer erhöhen, die über die Physiotherapie hinaus Bewegungsförderung und Bewegungstherapie anbieten.

Gibt es auch wohnortnahe Möglichkeiten außerhalb der Kliniken?

Im Gegensatz zu den Erwachsenen werden Kinder nur in spezialisierten Zentren versorgt. Ein Kind, das z.B. in Hamburg oder Köln onkologisch behandelt wird, hat zunächst das Glück, dass es hier ein sporttherapeutisches Angebot gibt. Das Problem ist aber die Nachsorge: Wenn die Familie nicht in unmittelbarer

INITIATIVEN

Nähe wohnt, nehmen die Kinder in der Nachsorge nicht mehr daran teil. Viele wissen dann auch nicht, was sie machen wollen, können, dürfen und sollen.

Wie können Sie diesen Kindern und Eltern helfen?

Sie können sich bei uns melden und wir sprechen dann z.B. mit der Familie und schauen, was wohnortnah möglich ist, welche Vereine und Netzwerke es gibt. Gleichzeitig erweitern wir dadurch auch unser Netzwerk. Darüber hinaus schreiben wir Trainingspläne, machen Motivationsanrufe und geben Tipps. Wenn möglich, helfen wir direkt oder vermitteln auch an Partner vor Ort. Wir sehen uns als Sammelstelle für alle Fragen und Probleme rund um Kinder, Krebs, Bewegung. Auch Sportlehrer, Übungsleiter und Trainer können sich an uns wenden. Wir haben festgestellt, dass intensive Betreuung und Beratung zielführend sind, um neue sportliche Perspektiven aufzuzeigen. Nicht zuletzt bieten wir immer wieder die Möglichkeit, an lokalen Schnuppertagen oder Ferienfreizeiten, z.B. Skifreizeiten, teilzunehmen sowie an den organisierten Sport angebunden zu werden.

Mit welchen Fragen wenden sich Betroffene und Eltern an Sie?

Viele Eltern sind unsicher und denken „mein Kind hatte Krebs, da ist Sport doch jetzt tabu“. Sie fragen sich, ob das Kind am Schulsport teilnehmen darf und wie es ist, wenn dabei Schwierigkeiten auftauchen. Manchmal geht es aber auch einfach nur darum, die passende Sportart zu finden. Auch Jugendliche, die bislang im Leistungssport aktiv waren und die Diagnose Krebs erhalten, haben zahlreiche Fragen. Es gibt eigentlich keine Frage, die nicht gestellt werden könnte. Wichtig ist es, zwischen Bewegungsförderung und Bewegungstherapie zu unterscheiden. Förderung ist eigentlich alles, was auch die Eltern/das Umfeld unterstützen können: Spazierengehen, Radfahren, Frisbee, Minigolf – auch die Pflegekräfte in den Krankenhäusern können mit dafür sorgen, dass mehr Bewegung möglich wird. Das sind manchmal ganz banale Dinge wie etwa Essen am Tisch, statt im Bett oder die Gestaltung der Räume so zu verändern, dass Bewegung möglich wird. Bewegungstherapie hingegen muss angeleitet und professionell begleitet werden und sollte bestenfalls auch über die Krankenkassen abgerechnet werden können.

Ist das möglich?

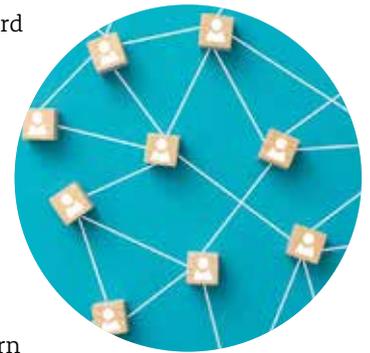
Hier gibt es noch viel zu tun. Die ersten kleinen Schritte sind erfolgt, mit einigen Krankenkassen wurden bereits Verträge geschlossen.

Stärker gegen Krebs:

Spezialisierte Experten bei Krebserkrankungen finden



„Alexander und Bernhard Herzog haben – als ihre Mutter und Ehefrau erkrankte – selbst feststellen müssen, wieviel Kraft und Zeit die Suche nach Informationen und Experten in unterstützenden Bereichen kostet. Um diese Suche zu erleichtern und anderen Betroffenen und Angehörigen einen Überblick zu geben, welche Möglichkeiten es zur Ergänzung und Unterstützung während und nach einer Krebserkrankung gibt, gründeten Vater und Sohn die Plattform *Stärker gegen Krebs*.



Hilfreiche Netzwerke

In Kooperation mit einigen Landeskrebsgesellschaften, Tumorzentren und Fachverbänden haben sie es sich zur Aufgabe gemacht, zwischen onkologischen und strahlentherapeutischen Schwerpunktzentren integrative Netzwerke um die onkologischen Zentren herum aufzubauen. „Wenn ein Krebspatient die Frage stellt, was kann ich zusätzlich noch tun?, kann der Arzt ihm einfach die Infobroschüre von *Stärker gegen Krebs* in die Hand drücken“, sagt Alexander Herzog. Darüber können Patienten regional weitere seriöse und ergänzende Unterstützung finden: Von der Suche nach kompetenten Ärzten und Kompetenz-Apotheken bis zu Bewegungsangeboten, qualifizierten Ernährungsberatungen und Tipps zur Entspannung.

Apropos seriös: Bevor ein Partner in das Netzwerk aufgenommen wird, wird eingehend geprüft, ob es sich um ein seriöses Angebot handelt oder ob am Ende nur ein Nahrungsergänzungsmittel verkauft werden soll, wie es