

Prävention durch Sport und Bewegung in der Pädiatrischen Onkologie – von der Prähabilitation bis zur Langzeitnachsorge

Sabine Kesting¹, Irene Teichert-von Lüttichau¹

¹Pädiatrische Hämatologie und Onkologie, Zelltherapie, Zentrum für Kinder- und Jugendmedizin: eine Kooperation der München Klinik und des TUM Klinikums, TUM School of Medicine and Health, Technische Universität München

Kinder und Jugendliche mit onkologischen Erkrankungen erfahren infolge der Diagnose, der Therapie und therapieassoziierten Nebenwirkungen einen erheblichen Verlust an körperlicher Leistungsfähigkeit, Alltagsaktivität und Mobilität. Bewegungsmangel während der Behandlung kann wiederum Dekonditionierung, Immobilität, psychosoziale Belastungen sowie Spätfolgen begünstigen, die weit über das Therapieende hinaus persistieren. Vor diesem Hintergrund wurde am Zentrum für Kinder- und Jugendmedizin der TUM vor über 10 Jahren ein strukturiertes evidenzbasiertes Sport- und Bewegungsprogramm implementiert, welches mittlerweile den gesamten Behandlungsverlauf von der Diagnose über die intensive Therapiephase bis in die Langzeitnachsorge flankiert. Ziel ist es, körperliche Ressourcen zu stärken, therapiebedingte Funktionseinschränkungen zu reduzieren und die Reintegration in den Alltag sowie in soziale Strukturen und den organisierten Sport nach Therapieende zu erleichtern. Bereits ab Diagnosestellung und vor der Lokaltherapie kommen individuell angepasste Trainingsinterventionen als Prähabilitation zum Einsatz. Während der stationären und ambulanten Behandlung stehen individualisierte, alters- und belastungsadaptierte Bewegungsinterventionen im Vordergrund. In der Nachsorgephase fokussiert das Programm auf den Wiederaufbau körperlicher Leistungsfähigkeit, die Prävention therapiebedingter und inaktivitätsassoziierten Spätfolgen sowie die Förderung eines nachhaltig aktiven Lebensstils. Das Team aus Sport- und Bewegungsexpert:innen kooperiert eng mit dem multiprofessionellen Behandlungsteam aus Ärzt:innen, Pflegepersonal, Physiotherapeut:innen und Psychosozialem Fachdienst, um die Interventionen an die Bedürfnisse, den medizinischen Status und die jeweilige Behandlungsphase anzupassen. Begleitende nationale und internationale wissenschaftliche Projekte der Arbeitsgruppe und die Vernetzung im Rahmen von ActiveOncoKids Deutschland sowie der Exercise Oncology Group der europäischen Fachgesellschaft für Pädiatrische Onkologie (SIOPe) tragen maßgeblich zur Stärkung der Evidenzbasis bei. Perspektivisch wird eine personalisierte sporttherapeutische Versorgung angestrebt, basierend auf der Analyse zugrundeliegender Wirkmechanismen und der Klärung der Dosis-Wirkungs-Beziehung von körperlicher Aktivität, um Intensität, Umfang und Art der Belastung phasenspezifisch zu optimieren. Das Konzept der Kinderonkologie der TUM unterstreicht den Stellenwert von Bewegung als relevante präventive und rehabilitative Säule der pädiatrisch-onkologischen Versorgung. Aufgrund der strukturierten, sektorenübergreifenden Ausrichtung zählt es zu den umfassendsten Programmen dieser Art in Europa.