

**Universitätsklinikum Homburg-Saar**

Gemeinsam mit dem Universitätsklinikum Münster und der Universität Bochum werden Glioblastompatienten individuell von unseren persönlichen Trainern betreut und vor Ort wöchentlich nach einem vergleichbaren Trainingsplan trainiert.

Ihre Ansprechpartner in Homburg:

Prof. Dr. med. Joachim Oertel  
Tel.: 06841/16-24400  
[Joachim.Oertel@uks.eu](mailto:Joachim.Oertel@uks.eu)

Prof. Dr. med. Ralf Ketter  
Tel.: 06841/16-24444  
[Ralf.Ketter@uks.eu](mailto:Ralf.Ketter@uks.eu)

Prof. Dr. rer. nat. Steffi Urbschat  
Tel.: 06841/16-26635  
[Steffi.Urbschat@uks.eu](mailto:Steffi.Urbschat@uks.eu)



Dominik Hartmann  
Dipl. Sportlehrer  
Coach Trimini, VTZ  
Tel.: 06332-77089

Natascha Hartl  
Sporttherapeutin  
Tel.: 0110-3181777

# MOBIL MIT HIRNTUMOR



# MMH

Mobil Mit Hirntumor

Sportstudie  
für Glioblastompatienten

## VORWORT

**Sehr geehrte Patientinnen und Patienten, liebe Kolleginnen und Kollegen, sehr geehrte Interessierte,**



eine Krebserkrankung ist eine sehr belastende Erfahrung und die Therapie und Nachsorge erstreckt sich oft über viele Jahre. Körperliche Aktivität führt nicht nur zu einer besseren Belastbarkeit und psychischen Stabilität, sondern verbessert auch das körperliche Wohlbefinden und die Immunaktivität.

Sport bietet somit für Krebserkrankte eine wichtige Möglichkeit der körperlichen und psychischen Unterstützung.

Wir sind sehr stolz, dass wir Ihnen als eine der ersten neurochirurgischen Kliniken zusätzlich zu den existenten Therapie-schemata für Hirntumorpatientinnen/ten auch die Sporttherapie

**„MOBIL MIT HIRNTUMOR“ (MMH)**

anbieten können.

Bitte sprechen Sie uns darauf an.

Mit den besten Grüßen,

Ihr

Prof. Dr. med. Joachim Oertel  
Direktor der Klinik für Neurochirurgie  
Universitätsklinikum des Saarlandes

## TRAINING

Das Einzeltraining (zwei mal je Woche) startet zwei bis vier Wochen nach Abschluss der kombinierten Strahlen- und Chemotherapie und dauert vier Monate. Danach folgen zwei Monate, in denen Sie die gelernten Trainingseinheiten fortführen und der Trainer das Training zwei mal je Monat überwacht.

Wenn bei Ihnen ein Glioblastom neu diagnostiziert wurde und Sie gerade bestrahlt werden oder die Bestrahlung erst kurz zurück liegt und Sie Interesse an einem persönlichen Einzeltraining haben, dann sind Sie bei uns richtig!

Alle übrigen Therapien laufen wie empfohlen, das Sportprogramm ist ein zusätzliches Angebot. Sportliche Voraussetzungen brauchen Sie keine! Zu Beginn gibt es eine körperliche Untersuchung und dann wird Ihr Trainer alles mit Ihnen in Ruhe besprechen!

Bei Fragen und Rückmeldungen stehen wir selbstverständlich gerne zur Verfügung!

Wir freuen uns auf eine sportliche Zeit mit Ihnen.

Prof. Dr. Steffi Urbschat

Prof. Dr. Ralf Ketter

Charlotte Fauss

Natascha Hartl

Dominik Hartmann

## STUDIENABLAUF

Operation

Strahlen-/Chemotherapie

Einverständniserklärung  
**Studienbeginn**

**1. Fitness-Test (Woche 0, Baseline)**

**2 x 50 Min. Einzeltraining je Woche über 2 Monate**

**2. Fitness-Test (nach 8 Wochen)**

**2 x 50 Min. Einzeltraining je Woche über 2 Monate**

**3. Fitness-Test (nach 16 Wochen)**

**2 x 50 Min. Einzeltraining je Woche über 2 Monate**

**4. Fitness-Test (nach 24 Wochen)**

**Studienende**

Während der gesamten Studie bekommen Sie zusätzlich alle vier Wochen Fragebögen zur Lebensqualität zugeschickt.

