

# Aufklärung und Behandlung

## Krebs und Physiotherapie

Was hat das miteinander zu tun? Wenn man die Diagnose Krebs erfährt, wird man selbstverständlich nicht direkt an Physiotherapie denken. Die neuesten Entwicklungen auf diesem Gebiet zeigen aber, dass zukünftig der Physiotherapeut ein aktiver Partner in der Behandlung des krebserkrankten Patienten sein wird.

Es existiert eine Spezialweiterbildung zum Onkologiephysiotherapeuten innerhalb der normalen Physiotherapie und der Krankengymnastik.

Die Therapie zielt auf die spezifische Behandlung von Problemen ab, die eine Folge der Krebserkrankung bzw. deren medizinischer Behandlung sind. Solche zeigen sich z. B. in Verspannungen, Hautveränderungen, Steifheit von Gelenken und Muskulatur, Gefühlsstörungen sowie Taubheit und Kribbeln, Lymphödemen, Muskelschwäche, Konditionsverlust und (chronischer) Müdigkeit.

## Fachliche Kenntnisse

Der/die Onkologiephysiotherapeut(in) ist ein spezialisierter Physiotherapeut, der sich mit der physiotherapeutischen Behandlung und dem Coaching von Patienten mit Krebs beschäftigt. Er oder sie hat während einer zweijährigen Bachelorarbeit die professionellen Kenntnisse, Fähigkeiten und Kompetenzen erworben, die man benötigt, um die komplexe Problematik bei dieser Patientengruppe effektiv anzugehen. Für eine gute Begleitung des Krebspatienten sind genaue Kenntnisse über die Krankheit, die medizinischen Behandlungsmöglichkeiten und die

Folgen der Behandlung sehr wichtig. Auch kann diese(r) Physiotherapeut(in) bestens die Möglichkeiten und Einschränkungen der physiotherapeutischen Behandlung bei Patienten mit der Diagnose Krebs beurteilen.

Er oder sie weiß, ob eine physiotherapeutische Behandlung und das Training bei einem krebserkrankten Patienten erfolversprechend sind.

Eine gute, klare und vertrauensvolle Kommunikation mit allen beteiligten Parteien/Partnern ist daher notwendig.

## Die Therapiephasen:

### Kurative Phase

Während der kurativen Phase ist alles gezielt auf die Bekämpfung des Krebses gerichtet. Der Therapeut kann in dieser Phase helfen, den Konditionsverlust zu beschränken bzw. zu bekämpfen. Dies erfolgt mittels gezielter persönlicher und auf die geringe Belastbarkeit des Patienten abgestimmter Trainingsprogramme. Ein vorheriger Konditionstest zur genauen Bestimmung der Belastbarkeit ist vorgesehen. Erst danach kann mit einem gezielten Training und der Bewegung zum Erhalt oder zum Wiederaufbau der Belastbarkeit und Gelenkigkeit begonnen werden. Zu den Behandlungsansätzen zählen ebenfalls die Reduzierung von eventuellen Verspannungen und die Behandlung von Narben.

### Phase der Erholung

Während dieser Phase ist es das Ziel, die Beweglichkeit, die Lebensqualität und die Wiederherstellung der Selbstkontrolle über die Aktivitäten im Alltag wiederzuerlangen. Der Therapeut kann dabei behilf-

lich sein, durch die Aufstellung eines Trainingsplanes die Kondition zu verbessern. Er steht auch bei der Wiederaufnahme der Arbeit und der Sportaktivitäten des Patienten beratend zur Seite.

Manchmal ist eine vollständige Heilung der Krankheit nicht oder nicht vollständig möglich, und Restprobleme, wie Lymphödeme, Bewegungsprobleme, Müdigkeit oder Erschöpfung, bleiben bestehen. Dennoch kann eine verbesserte körperliche und geistige Stabilität erreicht werden. Da Krebs weitgehend die Symptome einer chronischen Krankheit aufweist, hat das natürlich Folgen für das physische und psychische Empfinden sowie die soziale Seite des Patienten. Daher ist eine gute physiotherapeutische Nachsorge unbedingt erforderlich.

Jeder Patient soll lernen, auf eigene Art und Weise mit der neuen Situation bestmöglich umzugehen.

Der Onkologiephysiotherapeut geht nach Rücksprache mit dem behandelnden Arzt auf die Beschwerden des Patienten ein. Er erarbeitet mit ihm gemeinsam einen Heilplan und begleitet und berät ihn in der Folge.

### Palliative Phase

Diese Phase beginnt in dem Moment, in welchem der Patient erfährt, dass eine Heilung nicht mehr möglich ist, weil eine erfolversprechende Behandlung, die zu einer Heilung führen würde, nicht mehr gezielt eingesetzt werden kann. Diese Phase kann Wochen, Monate, manchmal auch Jahre dauern. Die Lebensqualität und die persönlichen Wünsche des Patienten stehen hier auf jeden Fall im Vordergrund! Der Therapeut hilft, ein aktives Leben und die Linderung der Symptome der Krankheit zu unterstützen.

## Terminale Phase

In dieser Phase wird deutlich, dass sich das Lebensende nähert. Der Patient muß sich von seinen Angehörigen und von seinem Leben verabschieden. In dieser Phase steht der Komfort des Patienten im Mittelpunkt. Der Onkologephysiotherapeut kann z. B. bei der Suche nach einer komfortablen Lagerung in einem Stuhl oder im Bett behilflich sein. Bei Atemnot können gezielte Atemübungen Erleichterung bringen, und Schmerzen können durch besondere Entspannungstechniken, Lymphdrainage oder Lymphtaping eine Linderung herbeiführen.

## Coaching (Beratung und Begleitung)

Neben der physiotherapeutischen Behandlung des krebserkrankten Patienten kann der Onkologephysiotherapeut auch als Coach (Berater und Begleiter) seine beratende Funktion für Kollegenphysiotherapeuten, Hausärzte und sonstige Dienstleister einnehmen. So können z. B. Patienten, die irgendwo anders in Behandlung sind, für eine einmalige Beratung oder Anwendung zum Onkologephysiotherapeuten überwiesen werden.

Für eine qualitative, sehr gute Behandlung ist es unerlässlich, dass Patienten mit Lymphödem und krebserkrankte Patienten von spezialisierten Therapeuten behandelt werden. Zur Behandlung ist eine ärztliche Verordnung erforderlich. Die Behandlung wird im Allgemeinen von den Krankenversicherungen bezahlt. Eine diesbezügliche Rücksprache mit dem Versicherungsträger ist aber ratsam.

In Deutschland gibt es im Moment keine Spezialausbildung zum Onkologephysiotherapeuten.

In den Niederlanden ist 1997 der Verband für Physiotherapie innerhalb der Lymphologie (NVFL) gegründet worden.

Seit 2009 vertritt dieser auch die Interessen der Onkologephysiotherapeuten innerhalb des Berufsverbandes KNGF (Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie).

Einige wichtige Ziele des Verbandes sind u. a. die Vertiefung und Erweiterung der Qualität der Onkologie- und Lymphologiephysiotherapie.

Dieser Verband trägt dazu bei, dass die Physiotherapeuten, die sich in der Onkologephysiotherapie weitergebildet haben, bei Ärzten, Therapeuten, Pflegepersonal, Patienten und Krankenversicherungen einen hohen Bekanntheitsgrad erreichen.

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gerne persönlich zur Verfügung unter: (0 21 65) 17 04 04-0

oder  
onkologie@praxis-frijters.de

Ansprechpartner: Erik Frijters  
Physiotherapeut,  
Manualtherapeut,  
Lymphödemphysiotherapeut,  
Onkologephysiotherapeut

## PATIENTENINFORMATION

# Physiotherapie und Krebs

Physiotherapie bei Krebserkrankungen  
und der  
spezialisierte Onkologephysiotherapeut



Steinstraße 2 • 41363 Jüchen  
Telefon (0 21 65) 17 04 04-0 • Telefax (0 21 65) 17 04 04-18  
www.praxis-frijters.de • E-Mail: info@praxis-frijters.de