



## Stationäre und ambulante Sportprogramme für Kinder und Jugendliche mit einer onkologischen Erkrankung

Kooperation des Kinderkrankenhauses Amsterdamer Straße mit der Deutschen Sporthochschule Köln

### Regelmäßige Sporttestungen für Kinder und Jugendliche nach der medizinischen Therapie

#### Ziele

- Erfassung der aktuellen motorischen Leistungsfähigkeit
- Formulierung individueller Bewegungsempfehlungen

#### Teilnahmevoraussetzungen

- Onkologische Behandlung im Kinderkrankenhaus Amsterdamer Straße
- Abschluss der stationären Akuttherapie
- Mindestalter: 4 Jahre
- Einverständnis von Dr. med. Siepermann und Dr. med. Balzer
- Schriftliches Einverständnis der Eltern und Kinder

#### Organisatorisches

- Wie oft?** Ca. alle 6 Monate, 45 Minuten  
**Wo?** Sporthalle im Kinderkrankenhaus  
**Wann?** Nach Abschluss der stationären Akuttherapie  
**Wie?** In 1:1-Betreuung

#### Inhalte

Altersspezifische Motoriktests

Die Sporttestungen erfolgen in Zusammenarbeit mit den zuständigen Ärzten.

### Liebe Eltern,

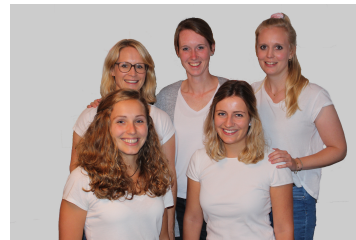
Sie haben Interesse mit Ihrem Kind an einem Sportangebot der Deutschen Sporthochschule Köln im Kinderkrankenhaus Amsterdamer Straße teilzunehmen? Dann sprechen Sie uns oder das Team der Station A5 an und wir werden zeitnah einen ersten gemeinsamen Termin vereinbaren.

Mit freundlichen Grüßen

Dr. Julia Däggelmann  
(Sportwissenschaftliche Leitung)

Dr. med. Meinolf Siepermann (Medizinische Leitung)

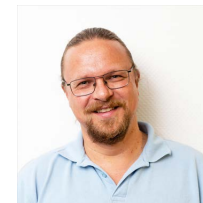
Dr. med. Stefan Balzer  
(Medizinische Leitung)



Team der Deutschen Sporthochschule Köln



Dr. med. Meinolf Siepermann



Dr. med. Stefan Balzer



#### Dr. Julia Däggelmann

Deutsche Sporthochschule Köln  
 Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin  
 Abteilung Molekulare und Zelluläre Sportmedizin  
 Arbeitsgruppe „Sport- und Bewegungsförderung in der Kinderonkologie“  
 Am Sportpark Müngersdorf 6, 50933 Köln  
 Mail: j.daeggelmann@dshs-koeln.de



## Stationäre und ambulante Sportprogramme für Kinder und Jugendliche mit einer onkologischen Erkrankung

Kooperation des Kinderkrankenhauses Amsterdamer Straße mit der Deutschen Sporthochschule Köln.

### Warum ist Sporttherapie wichtig?

Die Diagnose Krebs reißt Kinder und Jugendliche mit ihren Familien für Monate aus ihrem gewohnten Umfeld. Aufgrund der intensiven medizinischen Therapie mit vielen, teilweise langfristigen Krankenhausaufenthalten sind die Aktivitätsmöglichkeiten extrem eingeschränkt und auch nach der Therapie bewegen sich die Betroffenen deutlich weniger als gesunde Gleichaltrige. Doch gerade Bewegung und Sport sind wichtig für die Gesamtentwicklung von Kindern und Jugendlichen. Aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse zeigen, dass Bewegung und Sport während allen Phasen der medizinischen Therapie durchführbar sind. Belastungen der Therapie können besser bewältigt, Spätfolgen vermieden und die Lebensqualität langfristig erhöht werden. Daher bieten wir im Kinderkrankenhaus Amsterdamer Straße spezifische sporttherapeutische Angebote der Deutschen Sporthochschule Köln an. Ziel ist es, den Nebenwirkungen der medizinischen Therapie (z.B. Osteonekrosen, Muskelabbau, neurologische Defizite) aktiv entgegenzuwirken, um diese zu verhindern. Außerdem sollen Kinder und Jugendliche durch den Sport neue Lebensfreude gewinnen und aktiv am Leben teilnehmen. Mit diesem Flyer möchten wir Ihnen einen kurzen Überblick über die verschiedenen Sportangebote geben.

### Unsere Angebote

Stationäres Sportangebot für Kinder und Jugendliche **während** der medizinischen Therapie

Ambulantes Sportangebot für Kinder und Jugendliche **nach** der medizinischen Therapie

Regelmäßige Sporttestungen für Kinder und Jugendliche **nach** der medizinischen Therapie und individuelle Bewegungsempfehlungen für zu Hause

### Stationäres Sportangebot für Kinder und Jugendliche während der medizinischen Therapie

#### Ziele

- Erhalt der körperlichen Leistungsfähigkeit
- Verringerung von Nebenwirkungen
- Freude und Abwechslung vom Klinikalltag

#### Teilnahmevoraussetzungen

- Onkologische Behandlung im Kinderkrankenhaus Amsterdamer Straße
- Mindestalter: 2 Jahre
- Einverständnis von Dr. med. Siepermann und Dr. med. Balzer
- Schriftliches Einverständnis der Eltern und Kinder

#### Organisatorisches

**Wie oft?** 3x/Woche, 10-40 Minuten  
**Wo?** Auf der kideronkologischen Station  
**Wann?** Während der stationären Klinikaufenthalte  
**Wie?** Zumeist in 1:1-Betreuung

#### Inhalte

Mobilisation, Spiele, Kraft-, Ausdauer- und Koordinationstraining, Bewegungsparkoure, Vibrationstraining

Das stationäre Sportangebot erfolgt in enger Zusammenarbeit mit den zuständigen Ärzten und wird durch funktionelle Testungen überwacht.

### Ambulantes Sportangebot für Kinder und Jugendliche nach der medizinischen Therapie (mit Geschwistern)

#### Ziele

- Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit
- Vermeidung von Spätfolgen
- Rückkehr in Kindergarten-/Schulsport, Vereinssport, Freizeitsport

#### Teilnahmevoraussetzungen

- Onkologische Behandlung im Kinderkrankenhaus Amsterdamer Straße
- Abschluss der stationären Akuttherapie
- Mindestalter: 2 Jahre
- Einverständnis von Dr. med. Siepermann und Dr. med. Balzer
- Schriftliches Einverständnis der Eltern und Kinder

#### Organisatorisches

**Wie oft?** 1x/Woche, 60 Minuten  
**Wo?** Sporthalle im Kinderkrankenhaus  
**Wann?** Nach Abschluss der stationären Akuttherapie  
**Wie?** In Kleingruppen (ca. 3-6 Kinder)

Das Training findet in Kleingruppen entsprechend des Alters statt. Auch Geschwisterkinder können am Sport teilnehmen. Es besteht ggf. die Möglichkeit eines Einzeltrainings.

#### Inhalte

Spielerisches Kraft-, Ausdauer- und Koordinationstraining

Das ambulante Sportangebot erfolgt in enger Zusammenarbeit mit den zuständigen Ärzten und wird durch regelmäßige Sporttestungen überwacht.