



Arbeitsgemeinschaft für Krebsbekämpfung  
der Träger der gesetzlichen Kranken- und Rentenversicherung im Lande NRW

# Physiotherapie

als Angebot in der onkologischen Rehabilitation



Ein Weg zu mehr Lebensqualität

[www.argekrebsnw.de](http://www.argekrebsnw.de)

**Fachliche Beratung:**

Team Physiotherapie

Klinik Nordfriesland

Wohldweg 9

25826 St. Peter-Ording

Tel.: 04863 401-540

[kneisle@hamm-kliniken.de](mailto:kneisle@hamm-kliniken.de)

## **Liebe Leserin, lieber Leser,**

Sie haben sich für eine onkologische Rehabilitation entschieden? Oder sind Sie noch unsicher? Ob so oder so: Wir möchten Ihnen mit dieser Broschüre einen Einblick in die Angebote geben, die Sie in einer Reha-Einrichtung erwarten.

Alle Rehabilitationen nach einer Krebserkrankung verfolgen einen ganzheitlichen Ansatz. Das bedeutet, dass das therapeutische Angebot Körper, Geist und Seele gleichermaßen berücksichtigt. Ziel ist es, Ihre Wiedereingliederung in die Familie, den Beruf und das soziale Umfeld zu erreichen – und damit die bestmögliche Lebensqualität.

Der Therapieplan wird individuell angepasst. Dabei ist Ihr körperlicher, psychischer, sozialer und beruflicher Hilfsbedarf ausschlaggebend. Vielleicht haben Sie infolge der Krebserkrankung zum Beispiel Störungen des Herz-Kreislauf-, Atmungs-, Bewegungs- oder Nervensystems? Die Auswirkungen können sehr individuell sein. Um diese zu minimieren, steht Ihnen in der Reha-Einrichtung ein qualifiziertes Team zur Seite. Dazu zählen Fachleute auf dem Gebiet der Massage-, Physio- und Sporttherapie.

Lesen Sie auf den folgenden Seiten, welche Angebote die Physiotherapie in der Reha beinhaltet.

	<b>Seite</b>
<b>Physiotherapie - was ist das?</b>	<b>5</b>
<b>Physiotherapie in der onkologischen Rehabilitation</b>	<b>6</b>
<b>Physiotherapeutische Schwerpunkte</b>	<b>6</b>
<b>Physiotherapeutische Ziele</b>	<b>7</b>



## Physiotherapie - was ist das?

Der Begriff *Physiotherapie* stammt aus dem Altgriechischen und setzt sich zusammen aus den Worten *physis* für die Natur und *therapeia* für die Pflege der Kranken oder Heilbehandlung.

Die Massage ist die älteste therapeutische Behandlung die es gibt, ca. 5.000 Jahre alt. Der Versuch, Schmerzen zu lindern und zu beruhigen, stammt aus dem asiatischen Raum. Es wurden aktive Behandlungen wie Gymnastik neben der Massage und auch Atemübungen durchgeführt. Anfang des 19. Jahrhunderts wurde die Massage von P. H. Ling wieder aufgegriffen und ist als „schwedische Massage“ (bestehend aus Massage und Gymnastik) in die Geschichte eingegangen. 1840 wurde die Methode Lings im westeuropäischen Raum bekannt gemacht.

Physiotherapie ist also ein medizinisches Heilmittel für Menschen mit Beeinträchtigungen in unterschiedlichen Bereichen, wie z. B. im motorisch-funktionellen (den Körper und die Bewegung betreffend) oder neurophysiologischen (das Nervensystem und seine Abläufe in ihren Auswirkungen auf den Körper betreffend) Bereich – und das unabhängig vom Lebensalter.

Für einen ganzheitlichen Ansatz der Massage, Physio- und Sporttherapie ist es für Patientinnen und Patienten vor allem wichtig, bestimmte Fähigkeiten zu erhalten und Fertigkeiten zu erlangen, um dem Alltag wieder gerecht werden zu können.

Von ausschlaggebender Bedeutung physio- und sporttherapeutischen Handelns ist es, einen konkreten Bezug zum jeweiligen Umfeld des Menschen zu finden. Gelingt es, dem Menschen eigenverantwortliches Handeln in seinen individuellen Lebenssituationen zu ermöglichen, so kann die Einheit von Körper, Geist und Seele erreicht werden.

Das übergeordnete Ziel der Physio- und Sporttherapie ist es daher, Menschen mit Beeinträchtigungen einen Weg zurück in das aktive Leben zu ermöglichen und damit deren Lebensqualität zu steigern.

### **Physiotherapie in der onkologischen Rehabilitation**

Physiotherapeutinnen und -therapeuten in einer onkologischen Rehabilitations-Einrichtung beschäftigen sich mit der Behandlung Ihrer körperlichen Einschränkungen und unterstützen Sie, diese zu bewältigen. Dies geschieht in enger Zusammenarbeit eines interdisziplinären Teams, das sich zusammensetzt aus Ärztinnen und Ärzten, Ergo- und Ernährungstherapeutinnen oder -therapeuten, Pflegedienst, Sozialdienst sowie Psychologinnen und Psychologen.

### **Physiotherapeutische Schwerpunkte**

Zu den möglichen Komplikationen bei onkologischen Erkrankungen zählen das Lymphödem, Wundheilungsstörungen und Narbenproblematiken. Lymphdrainage sowie verschiedene Massage- und Narbentherapien wirken den Beschwerden entgegen. Die Massage- und Physiotherapeutinnen und -therapeuten zeigen Möglichkeiten auf, wie Sie auch nach der Rehabilitation Einschränkungen vorbeugen oder diese bewältigen.

### **Physiotherapeutische Ziele**

Alle physiotherapeutischen Maßnahmen gehen auf Ihre persönlichen Bedürfnisse und Wünsche ein. Eventuelle Vorerkrankungen und Funktionseinschränkungen werden dabei berücksichtigt.

Zusammengefasst ergeben sich folgende Ziele:

<b>Stärkung...</b>	des Herz-Kreislauf-, Atmungs- und Bewegungssystems
	der kognitiven Leistungsfähigkeit
	des allgemeinen Wohlbefindens
	des körpereigenen Immunsystems

<b>Verminderung...</b>	von Schmerzen
	von Nebenwirkungen der Krebstherapie
	des Fatigue-Syndroms (chronische Müdigkeit)
	von depressiven Stimmungen und Ängsten
	eines Rezidivrisikos

Darüber hinaus trainieren Sie gezielt Alltagsaktivitäten, damit die Rückkehr ins häusliche Umfeld und die Wiedereingliederung ins Berufsleben besser gelingt. Die Therapeutinnen und Therapeuten zeigen Ihnen Übungen, die Sie auch Zuhause machen können und sollten.

**Denken Sie bitte daran:**

**Der Erfolg Ihrer Rehabilitation kann nur so gut sein,  
wie Ihre eigene Mitwirkung es ist.**

# Das bietet mir die Reha

## Weitere Broschüren aus der Reihe:

Ärztliche Betreuung/medizinische Behandlung

Allgemeine Gesundheitsvermittlung

Ergotherapie

Ernährungstherapie

Logopädie

Psychologie

Sozialberatung

Stomatherapie

Diese Informationsbroschüren erhalten Sie kostenlos bei der:

**Arbeitsgemeinschaft für Krebsbekämpfung NW**

Öffentlichkeitsarbeit

Universitätsstraße 140 | 44799 Bochum

Telefon: 0234 89020 | [mail@argekrebsnw.de](mailto:mail@argekrebsnw.de)

oder als Download unter: [www.argekrebsnw.de](http://www.argekrebsnw.de)

Stand: 2024