

Wer führt diese Studie durch:

Diese Studie wird durchgeführt von der Radioonkologie und Strahlentherapie der Universität Heidelberg, dem Deutschen Krebsforschungszentrum und dem Nationalen Centrum für Tumorerkrankungen in Zusammenarbeit mit dem Institut für Sport und Sportwissenschaften der Universität Heidelberg.



NATIONALES CENTRUM
FÜR TUMORERKRANKUNGEN
HEIDELBERG

getragen von:
Deutsches Krebsforschungszentrum
Universitätsklinikum Heidelberg
Thoraxklinik-Heidelberg
Deutsche Krebshilfe

RadioOnkologie



Behandeln
Forschen
Lehren



**DEUTSCHES
KREBSFORSCHUNGSZENTRUM
IN DER HELMHOLTZ-GEMEINSCHAFT**

Wir suchen

Brustkrebspatientinnen,
für die eine **Strahlentherapie** geplant ist

**Selbst aktiv werden
für ein besseres Wohlbefinden**



BEST-Studie



**Bewegung und Entspannung
für Brustkrebspatientinnen
unter Strahlentherapie**

Deutsches Krebsforschungszentrum (Prof. Dr. Steindorf)

Radioonkologie und Strahlentherapie Uni Heidelberg (Dr. Potthoff, PD Dr. Hof)

Nationales Centrum für Tumorerkrankungen (Prof. Dr. Ulrich, Prof. Dr. Beckhove, Dr. Owen)

Liebe Patientin,

während Ihrer Brustkrebsbehandlung können Sie unter Müdigkeit und Antriebslosigkeit leiden. Dieses Syndrom, auch **Fatigue** genannt, kann Einschränkungen in körperlichen, emotionalen und geistigen Bereichen Ihres täglichen Lebens verursachen.

Bislang ist wenig über die genauen Ursachen sowie über wirksame Behandlungen bekannt. Erste wissenschaftliche Untersuchungen deuten an, dass Entspannungstraining aber auch Krafttraining zu einer Verringerung von Fatigue und zu einer Steigerung des Wohlbefindens beitragen. Wir wollen in dieser Studie herausfinden, von welchem Training Patientinnen **während der Strahlentherapie** stärker profitieren.

Wer kann an dieser Studie teilnehmen?

An unserer BEST-Studie können Brustkrebspatientinnen (Stage I-III) teilnehmen, für die eine adjuvante Strahlentherapie im Universitätsklinikum Heidelberg geplant ist. Über den Zeitraum von zwei Jahren werden ungefähr 160 Brustkrebspatientinnen in Heidelberg trainieren.

Wie oft, wie lange und wo wird trainiert?

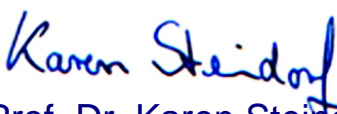
Beide Trainingsprogramme erfolgen über einen Zeitraum von 12 Wochen zweimal pro Woche vormittags jeweils 60 Minuten. Sie werden dabei gemeinsam mit anderen Brustkrebspatientinnen trainieren.

Das Krafttraining findet am Institut für Sportwissenschaften der Universität Heidelberg, Im Neuenheimer Feld 720 (ca. 10 Minuten Fußweg von der Radio-onkologie) statt. Das Entspannungstraining wird im NCT-Gebäude (Im Neuenheimer Feld 460) durchgeführt. Für beide Standorte sind Bushaltestellen sowie Parkplätze vorhanden.

Welches Training erhalten Sie?

Nach welchem Programm Sie in den 12 Wochen trainieren wird ausgelost. Für die längerfristige Gesundheitsförderung bieten wir allen Studienteilnehmerinnen nach Beendigung der 12-wöchigen Trainingsperiode weiterführende bewegungstherapeutische Beratung an.

Wir freuen uns auf Sie,



Prof. Dr. Karen Steindorf
(Studienleiterin, DKFZ)



Dr. Karin Potthoff
(Studienleiterin, Radiologie)

Falls für Sie eine adjuvante Strahlentherapie im Universitätsklinikum Heidelberg geplant ist, werden wir Sie dort persönlich vor Beginn der Strahlentherapie über die BEST-Studie informieren.

**Wenn Sie Fragen zu der BEST-Studie haben,
rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns:**

Ansprechpartner

Dr. Karin Potthoff
Studienleiterin Radioonkologie
Universitätsklinikum Heidelberg
Telefon: 06221-56 37099
e-mail: karin.potthoff@med.uni-heidelberg.de

PD Dr. Holger Hof
Studienarzt Radioonkologie
Universitätsklinikum Heidelberg
Telefon: 06221-56 39586

Oliver Klassen
Studienkoordinator
Nationales Centrum für Tumorerkrankungen
Tel. 06221 – 56 35804
e-mail: oliver.klassen@nct-heidelberg.de

Simone Stefaniszyn
Studienassistentin
Universitätsklinikum Heidelberg
Telefon: 06221-56 36589
e-mail: simone.stefaniszyn@med.uni-heidelberg.de