

Ambulanzzentrum des UKE GmbH

Fachbereich Sport- und Bewegungsmedizin

Martinistraße 52, 20246 Hamburg

Telefon: (040) 74 10 - 2 85 65

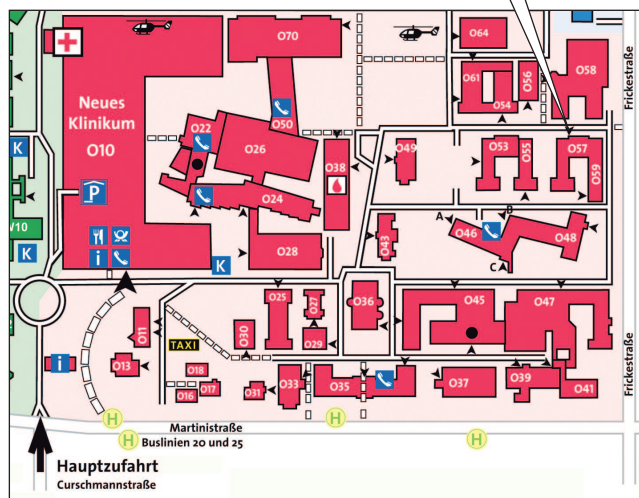
Telefax: (040) 74 10 - 5 62 10

E-Mail: sportmedizin@uke.de

Internet: www.uke.de/ambulanzzentrum

Sprechzeiten: Mo – Do 9.00 – 16.00 Uhr

Sie finden uns auf dem UKE-Gelände
im Gebäude Ost 57



So erreichen Sie uns:

Bus: Linien 20 und 25,

Haltestelle Eppendorfer Park (UKE)

S-Bahn: bis Haltestelle Altona oder Holstenstraße,

dann Buslinie 20 oder 25

U-Bahn: Haltestelle Eppendorfer Baum, dann zehn

Minuten Fußweg oder Haltestelle Hudt-

walckerstraße oder Kellinghusenstraße,

dann Buslinie 20 oder 25

Ambulanzzentrum des UKE GmbH

Sport- und Bewegungsmedizin in Kooperation mit



Martini-Klinik am UKE
Hamburg-Eppendorf

Ein Unternehmen des UKE



Patienteninformation

Sport und Prostatakrebs



Sport als Begleittherapie bei Prostatakarzinom

Regelmäßige körperliche Aktivität kann der Neubildung einiger bösartiger Tumore vorbeugen. Zudem sind Sport und Bewegung sowohl in der Therapie als auch zur Nachsorge von Krebserkrankungen sinnvoll.

Zahlreiche wissenschaftliche Studien zeigen **positive Auswirkungen einer gezielten Sport- und Bewegungstherapie** – insbesondere eines Trainings der Ausdauer und Kraft – **bei Patienten mit einem Prostatakarzinom**. Dazu gehören:

- Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit
- Verbesserung der Gedächtnisleistung und Konzentrationsfähigkeit
- Verminderung von Depressivität und Reizbarkeit
- Verbesserung der Toleranz der Androgen- und Radio-Therapie
- Verbesserung des Fettstoffwechsels und Senkung des Blutdrucks, dadurch Senkung des bei Prostatakarzinom-Patienten erhöhten Herzinfarktrisikos
- Senkung von Körpergewicht und BMI, dadurch Senkung des Risikos, an einem Prostatakarzinom zu versterben
- Verbesserung der Kontinenz nach der Prostatektomie

Wir möchten Ihnen dabei helfen, das richtige Bewegungsprogramm für sich zu finden.



Wer wir sind

Der Fachbereich für Sport- und Bewegungsmedizin des Ambulanzentrums vom Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf setzt sich zusammen aus einem Team von (Fach-)Ärzten, Sportwissenschaftlern und -lehrern, Physio- und Bewegungstherapeuten, Ernährungsmedizinern, Psychologen, medizinischen Fachangestellten sowie wissenschaftlichen Hilfskräften. **Wir bieten das gesamte Spektrum der Sport- und Bewegungsmedizin an.**

Die richtige Sportart in optimaler Dosis

Auf Basis der bei einer sportmedizinischen Untersuchung inklusive Leistungsdiagnostik erhobenen Befunde können wir Ihren aktuellen Gesundheitszustand sowie Ihre Leistungsfähigkeit beurteilen und Sie individuell bezüglich einer Trainingsaufnahme und -steuerung beraten. Falls Sie sich nicht sicher sind, ob eine Sport- und Bewegungstherapie in Ihrem Fall sinnvoll ist, kontaktieren Sie uns bitte.

Alle sporttherapeutischen und bewegungsmedizinischen Maßnahmen bei Patienten mit Prostatakarzinom finden in enger Anbindung und Kooperation mit der Martini-Klinik als Prostatakrebszentrum auf dem Gelände des UKE statt.