MEDIENINFORMATION

Diagnose Krebs: Bewegung als Schlüssel zur Lebensqualität

Eine Bachelorarbeit aus dem Studiengang Physiotherapie der Hochschule Burgenland beschäftigt sich mit dem Programm „Krebshilfe Bewegt" im Burgenland und konnte die positiven Effekte einer Teilnahme bestätigen. Ausbaufähig sind online Angebote und die Verbreitung von Informationen über die Vorteile der Nutzung dieses kostenlosen Angebots.

Pinkafeld, 07. Oktober 2025. Krebspatient*innen stehen vor, während und nach ihrer Behandlung oft vor anhaltenden physischen, psychischen und sozialen Herausforderungen. Regelmäßige körperliche Aktivität kann dabei nachgewiesen eine entscheidende positive Rolle spielen: Sie steigert die Lebensqualität, lindert Nebenwirkungen und unterstützt die Krankheitsbewältigung. Die Krebshilfe Burgenland bietet mit dem Programm „Krebshilfe Bewegt" Betroffenen kostenfreie, von Physiotherapeut*innen begleitete Bewegungseinheiten an fünf Standorten an. Katharina Seer, Absolventin des Bachelorstudiengangs Physiotherapie an der Hochschule Burgenland lieferte in ihrer Abschlussarbeit nun erstmals wissenschaftliche Erkenntnisse zur Wirksamkeit und Wahrnehmung dieses Programms.

Nachweisliche Verbesserung der körperlichen Fitness und Lebensqualität

Die Bewegungseinheiten, die an Standorten wie Eisenstadt, Bad Sauerbrunn und Neutal angeboten werden, umfassen Krafttraining an Geräten sowie offene Gruppenaktivitäten. Das Burgenland ist im Österreich-Vergleich hier Vorreiter.

Mittels Fragebogen erhob Katharina Seer das körperliche Aktivitätsverhalten vor, während und nach der Krebsbehandlung, die Bewegungsmotivation der Teilnehmer*innen, die Informationsvermittlung zum Thema Bewegung, die Erwartungen an und Zufriedenheit mit dem Programm sowie die Erfüllung der Erwartungen. Von den 57 befragten Teilnehmer*innen füllten 54 den Fragebogen vollständig aus.

Besonders positiv bewerteten die Teilnehmer*innen

- die individuelle Betreuung durch Fachpersonal (von 72,2 % als „wichtig" eingestuft)
- die Verbesserung der körperlichen Fitness (70,9 % „wichtig")
- die Steigerung der Lebensqualität (von 68,5 % der Befragten als zentraler Aspekt hervorgehoben)

Optimierungspotenziale: Frühzeitige Information und digitale Angebote

Trotz der positiven Resonanz offenbart die Studie auch Verbesserungspotenziale. Kritisch angemerkt wurde, dass die Informationsvermittlung über die Vorteile von Bewegung häufig erst nach der Krebsbehandlung erfolgte. Eine frühzeitige, individualisierte Aufklärung – idealerweise bereits bei der Diagnose – könnte die Bewegungsmotivation weiter steigern.

Ein weiterer Ansatzpunkt ist die Integration digitaler Formate, um weniger mobile oder stark belastete Patient*innen zu erreichen. Solche Angebote könnten Barrieren abbauen und neue Zielgruppen ansprechen.

Physiotherapie als Schlüsselrolle in der onkologischen Versorgung

Die Ergebnisse der Studie unterstreichen die zentrale Rolle von Physiotherapeut*innen in der Bewegungsförderung von Krebspatient*innen. Sie sollten nicht nur in der Nachsorge, sondern bereits vor Beginn der medizinischen Therapie eingebunden werden. Die Prähabilitation – also die Vorbereitung auf die Behandlung durch gezielte Bewegung – könnte ein vielversprechender Ansatz sein, um Betroffene frühzeitig zu unterstützen. „Hier obliegt es den Ärztinnen und Ärzten, ihre Patient*innen schon frühzeitig über die vorhandenen Angebote zu informieren. Meist stoßen die Erkrankten erst nach der Reha auf das Bewegungsprogramm der Krebshilfe Burgenland", so die Studienautorin Katharina Seer, deren Mutter selbst von der Teilnahme am Kurs profitierte.

Ihr Fazit: Das Programm „Krebshilfe Bewegt" leistet einen wertvollen Beitrag zur onkologischen Nachsorge im Burgenland. Die Weiterentwicklung des Programms sowie begleitende Forschung können dazu beitragen, die Versorgung von Krebspatient*innen nachhaltig zu verbessern und deren Lebensqualität langfristig zu steigern.

Mehr zum Studium an der Hochschule Burgenland unter www.hochschule-burgenland.at

Rückfragehinweise:

Mag.a Christiane Staab │ Marketing und Kommunikation │ Hochschule für Angewandte Wissenschaften Burgenland GmbH │ Tel: +43 (0)5 7705 3537 │ E-Mail: christiane.staab@hochschule-burgenland.at