Kontakt

Uniklinik Köln
Centrum für Integrierte Onkologie
(Gebäude 70)
Kerpener Str. 62, 50937 Köln
Telefon: 0221 478-42643
Telefax: 0221 478-30894
E-Mail: ott@uk-koeln.de

Leitung der AG Onkologische Bewegungsmedizin
Univ.-Prof. Dr. Freerk T. Baumann
Leitung der OTT Therapie
Sarah Man & Stefanie Siebert
Leitung der OTT Akademie
Constanze Handmann

Weitere Informationen
www.cio-koeln.de/ott



› Das Centrum für Integrierte Onkologie (CIO) ist das gemeinsame Krebszentrum der Unikliniken Aachen, Bonn, Köln, Düsseldorf.
krebszentrum-cio.de I cio.uk-koeln.de/ott

UNIKLINIK RWTH AACHEN

ukb universitätsklinikumbonn

UNIKLINIK KÖLN

UKD Universitätsklinikum Düsseldorf

P2403170; © CIO Köln, 04.06.2024 ; Zertifizierung Papier: FSC® - EU-Ecolabel - CO_2 neutral

CIO
Centrum für Integrierte Onkologie
Aachen Bonn Köln Düsseldorf



Onkologische Trainings- und Bewegungstherapie (OTT) an der Uniklinik Köln

Onkologische Trainings- und Bewegungstherapie
OTT

Onkologische Trainings- und Bewegungstherapie (OTT)

Inzwischen ist wissenschaftlich belegt, dass die personalisierte Bewegungstherapie einen positiven Einfluss auf diverse Nebenwirkungen und Begleiterscheinung onkologischer Behandlungen hat. Die OTT ist bundesweit das erste etablierte personalisierte bewegungstherapeutische Konzept, bei dem Krebspatienten

› vor und während der medizinischen Therapie
› in der Rehabilitation und
› bei chronischen Erkrankungsverläufen

an einem angeleitetes Bewegungstherapieprogramm teilnehmen können.

Das OTT-Versorgungskonzept ist qualitätsgesichert und orientiert sich stets an den aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen und S3-Leitlinien.

Hauptziel ist die Reduktion und Verhinderung erkrankungs- sowie therapiebedingter Aus- und Nebenwirkungen, die durch die Vielzahl therapeutischer Methoden wie Chemotherapie, Bestrahlung, Operation, Hormontherapie, Antikörpertherapie oder Immuntherapie entstehen können:

Dazu zählen u.a.

› Angstsymptomatik
› Depression
› Fatigue-Syndrom (Erschöpfung)
› Inkontinenz
› Osteoporose
› Reduzierte Lebensqualität
› Ungewollter Gewichtsverlust
› Verlust der körperlichen Leistungsfähigkeit
› Lymphödem
› Sensibilitätsstörungen
› Schlafstörungen
› Konzentrationsschwierigkeiten

› *Die Bewegungstherapie hat sich zum vielseitigsten und wirksamsten Symptommanager in der Onkologie entwickelt – ohne eigene Nebenwirkungen*

Univ.-Prof. Dr. Freerk Baumann



Mit der „Onkologischen Trainings- und Bewegungstherapie“ wird im Centrum für Integrierte Onkologie (CIO) an der Uniklinik Köln seit 2010 ein Versorgungskonzept entwickelt, in dem Menschen mit einer Krebserkrankung individuell therapiert werden. Begleitend werden auf der OTT-Fläche Studien durchgeführt, und neueste wissenschaftliche Erkenntnisse in Praxis und Therapie übertragen. Das Programm berücksichtigt typische Aus- und Nebenwirkungen während oder nach einer Krebstherapie. Neben dem gerätegestützten Kraft- und Ausdauertraining wird auch das Vibrationstraining und verschiedene andere Therapieformen wie das Sensomotoriktraining eingesetzt.

Das Therapieangebot

Das Angebot der OTT richtet sich an Patientinnen und Patienten mit einer medizinischen Indikation zur Onkologischen Bewegungstherapie. Das Programm beginnt mit einem Erstgespräch zur Anamnese. Bitte klären Sie mit Ihrem behandelnden Arzt im Voraus ab, ob evtl. Einschränkungen für die Teilnahme an unserem bewegungstherapeutischen Programm bestehen könnten. Nach Beendigung der Bewegungstherapie werden Möglichkeiten gesucht, wie Sie weiter sportlich aktiv bleiben und zielorientiert trainieren können. Eine Möglichkeit ist z. B. die Fortführung des Trainings bei einem OTT-zertifizierten Therapeuten in Ihrer Nähe.