

# Gesunde Lebensweise

Jeder sollte seinem Trainingszustand entsprechend Sport treiben.

Eine gesunde Lebensweise wirkt sowohl bei Gesunden als auch bei chronisch Kranken. Risikofaktoren für das Auftreten von Krebserkrankungen sind nur zu einem kleinen Teil erblich bedingt. Zum größten Teil sind Lebensstilfaktoren wie Zigaretten- und Alkoholkonsum, intensive Sonneneinstrahlung, schlechte Ernährung und Bewegungsmangel ausschlaggebend.

An der Universitätsklinik für Innere Medizin III/Onkologie wird gemeinsam mit dem Universitätsinstitut für Sportmedizin an einer Studie gearbeitet, in der eine Verbesserung der Leistungsfähigkeit und des Tumorverlaufs durch körperliche Bewegung im metastasierten Stadium von Dickdarmkrebs getestet wurde. Es gibt Hinweise darauf, dass Bewegung während einer Chemotherapie vorbeugend gegen Nebenwirkungen wirkt.

Auch die AGMT Sportstudie ist eine in Salzburg entwickelte randomisierte, prospektive Studie die untersucht, welchen Einfluss angeleitetes und kontrolliertes Sport-Training auf die Leistung und die Prognose von Brustkrebspatientinnen unter Hormontherapie im Vergleich zu einer Kontrollgruppe hat. Auch die Bewegung im Alltag von Patientinnen, sowie die Veränderung auf Lebensqualität und Gewicht werden beobachtet. Die III. Medizin/Onkologie und die Sportmedizin arbeiten daran interdisziplinär.

## Schmerz als Krankheit

Wenn der Schmerz seine Warnfunktion verloren hat, kann er sich eigenständig weiterentwickeln und zu einem eigenen Krankheitsbild, der Schmerzkrankheit, werden. Patienten haben meist lange Vorgeschichten an verschiedensten medizinischen und chirurgischen Vorhandlungen und nicht erfolgreichen Therapieversuchen. Zur Schmerzlinderung, Korrektur schmerzbedingter Fehlhaltung, Erhaltung und Verbesserung der Gelenkbeweglichkeit und zur muskulären Stabilisierung



Training im Universitätsinstitut für Sportmedizin. Es gibt Hinweise, dass Bewegung während einer Chemotherapie vorbeugend gegen Nebenwirkungen wirkt.

setzt die Physikalische Medizin verschiedene aktive und passive Methoden ein, die auch zur Verbesserung der Lebensqualität führen. Die Rehabilitationsmedizin beschäftigt sich mit der biopsychosozialen Problematik des Patienten und geht über die kurative Medizin hinaus, welcher in Zukunft vor allem ambulant eine immer grö-

ßere Bedeutung zukommen wird. Das Universitätsinstitut für Präventive und Rehabilitative Sportmedizin und die Einheit für Physikalische Medizin und Rehabilitation sind unter der Leitung von Univ.-Prof. DDR. Josef Niebauer organisatorisch unter Beibehaltung der Eigenständigkeit zusammengewachsen.