

## Walking bei Patientinnen mit Mamma-Karzinom - eine randomisierte pragmatische Pilotstudie

### Zusammenfassung:

Hintergrund: Brustkrebspatientinnen leiden nach Abschluss ihrer primären Therapien häufig unter zum Teil starken und lang anhaltenden Einschränkungen der Lebensqualität. Walking hat in Studien Effekte auf die Lebensqualität von Krebspatientinnen gezeigt. Es soll überprüft werden, wie sich ein Walking in Kombination mit Achtsamkeitsübungen im Vergleich zu einem Walking ohne Achtsamkeitsübungen bei Patientinnen mit Brustkrebs auswirkt.

Design: Zweiarmlige randomisierte kontrollierte pragmatische unizentrische explorative Interventionsstudie.

Teilnehmerinnen: An der Studie sollen 60-80 Patientinnen mit der Diagnose Mamma-Karzinom mindestens 6 Monate nach Abschluss der primären Therapie (z.B. Operation, Chemotherapie, Bestrahlung) ohne Fernmetastasen teilnehmen. Die Gehfähigkeit sollte nicht eingeschränkt sein

Intervention: Die Patientinnen werden in zwei Gruppen randomisiert: Die Mindful Walking Gruppe erhält Walking in Kombination mit Achtsamkeitsübungen als Gruppenkurs einmal wöchentlich über 8 Wochen, die Walking Gruppe erhält moderates Walking Training in Gruppe ohne Achtsamkeitstraining, ebenfalls einmal wöchentlich über 8 Wochen.

Zielparameter: Die Zielparameter umfassen Fragebögen zu Stresserleben, Krankheitsspezifische Lebensqualität, Cancer related Fatigue, Selbstwirksamkeit, Angst und Depression, Achtsamkeit, Fragen zur Autonomen Regulation und Schmerz zu den Zeitpunkten Baseline, 4, 6 und 16 Wochen. Machbarkeit und Adhärenz der Intervention werden anhand der von der Patientin dokumentierten Übungshäufigkeit und -intensität im Patiententagebuch und anhand von leitfadenorientierten Befragungen in Fokusgruppen erfasst.

Ausblick: Die Ergebnisse werden erstmals Hinweise auf Machbarkeit und Effekte unterschiedlicher Formen von Walking geben und so als Basis für weitere Studien dienen können.

---

#### *Projektleitung:*

Prof. Brinkhaus

#### *Projektkoordination:*

Dr. Ortiz

#### *Wissenschaftliche Mitarbeit:*

Dr. Teut

Cand-med. Schroeder

#### *Datenmanagement:*

Binting

#### *Studiensekretariat:*

Cree

#### *Kooperation:*

Prof. Blohmer, Dr. Goerling, Dr. Kröz,  
Forschungsinstitut Havelhöhe

#### *Biometrie:*

Dr. Roll

#### *Projektdauer:*

2017-2019

#### *Projektstand:*

Hauptphase

#### *Förderung:*

Berliner Krebsgesellschaft, Eden-Stiftung

---

#### *Publikationen:*