

## DIE OTT® BIETET IHNEN FOLGENDE VORTEILE:

- Ein Bewegungsprogramm, das auf die speziellen Bedürfnisse vor, während und nach einer medizinischen Krebsbehandlung zugeschnitten ist.
- Personalisierte, zielgerichtete Trainings- und Bewegungstherapie – angepasst an Krebsart, Nebenwirkungen, Fitnesslevel und Zielsetzung.
- Deutliche Reduzierung von Nebenwirkungen der Krebserkrankung bzw. der medizinischen Behandlung (z. B. Fatigue, Polyneuropathie, Inkontinenz).
- Verbesserte Lebensqualität und Stärkung der mentalen Verfassung.
- Training nach einem qualitätsgesicherten Programm.
- Ständige Verbesserung der Therapie um neueste wissenschaftliche Erkenntnisse durch die enge Verbindung zur Forschung an der Uniklinik Köln.

ZENTRUM FÜR PHYSIOTHERAPIE  
STIFTUNG HERZOGIN ELISABETH HOSPITAL  
LEIPZIGER STRASSE 24  
38124 BRAUNSCHWEIG

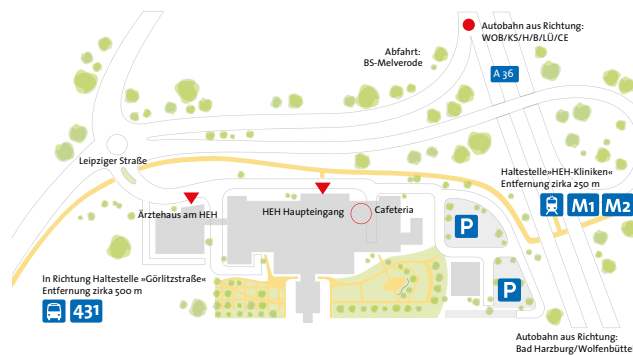
Sie finden das Zentrum für Physiotherapie im Untergeschoss des Haupthauses.

LEITUNG:  
Olaf Müller

OTT®-THERAPEUTEN:  
Ingo Borrmann  
Robert Neubauer

ANMELDUNG UND TERMINVERGABE:  
Fon: 0531.699-5534  
Fax: 0531.699-5590  
E-Mail: ott@heh-bs.de

ANFAHRT:



## PHYSIOTHERAPIE BEI INKONTINENZ

Etwa jede\*r dritte Krebspatient\*in leidet an Harninkontinenz. Die Inkontinenz kann Symptom einer Krebserkrankung sein, aber auch in Folge der Therapie auftreten. Was viele nicht wissen: Auch bei nicht-urogenitalen Krebsarten wie zum Beispiel Lungen- oder Blutkrebs ist Inkontinenz ein Thema. In unserem Zentrum für Physiotherapie bieten wir Betroffenen eine physiotherapeutische Behandlung durch staatlich anerkannte Physiotherapeutinnen mit speziellen Kenntnissen im Beckenbodentraining. **Sprechen Sie uns an!**

Sie finden uns auch im Internet unter:  
[www.heh-bs.de](http://www.heh-bs.de)



IHRE GESUNDHEIT IN BESTEN HÄNDEN

**HEH** STIFTUNG  
HERZOGIN ELISABETH  
HOSPITAL

## Onkologische Trainings- und Bewegungstherapie

Zentrum für Physiotherapie



169969V





#### Unser OTT®-Team:

Robert Neubauer, Olaf Müller und Ingo Borrmann (v. l.)

#### SEHR GEEHRTE PATIENTEN\*PATIENTINNEN,

treten Sie aktiv dem Krebs entgegen! Längst ist bewiesen, dass körperliches Training die Nebenwirkungen einer Krebstherapie lindern und den Behandlungsverlauf verbessern kann. Nicht nur Ihre Lebensqualität steigt – es gibt immer mehr Hinweise, dass sich Sport auch auf die Überlebenschancen positiv auswirkt.

In unserem Zentrum für Physiotherapie der Stiftung Herzogin Elisabeth Hospital profitieren Sie mit der OTT®-Onkologische Trainings- und Bewegungstherapie von einem personalisierten Bewegungsprogramm, das speziell auf Ihre Bedürfnisse als Krebspatient\*in vor, während und nach der medizinischen Behandlung zugeschnitten ist.

Als interdisziplinäres Zentrum für Physiotherapie mit dem Fokus auf der Behandlung komplexer Krankheitsbilder ist es uns ein wichtiges Anliegen, neben den Patienten\*Patientinnen unseres seit 2016 zertifizierten Darmkrebszentrums auch allen anderen an Krebs erkrankten Personen die bestmögliche Therapie sowie umfassende Beratungs- und Hilfsangebote zu bieten.

Gerne stehen wir Ihnen bei Fragen und für weitere Informationen als Ansprechpartner zur Verfügung.

Ihr Olaf Müller  
Leiter des Zentrums für Physiotherapie



#### WAS IST DIE ONKOLOGISCHE TRAININGS- UND BEWEGUNGSTHERAPIE?

- Personalisierte Trainingstherapie für Patienten\*Patientinnen, die derzeit eine onkologische Therapie erhalten, sich unmittelbar vor einer solchen oder bereits in der Nachsorge befinden.
- Darf nur von zertifizierten Sport- und Physiotherapeuten\*therapeutinnen angeboten werden, die speziell für die Arbeit mit Krebspatienten\*-patientinnen ausgebildet und mit dem OTT®-Siegel zertifiziert sind.
- Sie trainieren nach einem modularen und individualisierten Konzept abgestimmt auf Ihre Krebsart und Ihren Behandlungsweg.
- Als wichtiger Bestandteil der unterstützenden Behandlungs- und Therapiemethoden in der Onkologie wird die OTT® von der Deutschen Krebsgesellschaft empfohlen und durch die Krankenkassen unterstützt.



#### So läuft die Onkologische Trainings- und Bewegungstherapie bei uns ab:

- Unsere speziell qualifizierten OTT®-Therapeuten führen ein Anamnesegespräch mit Ihnen und erfassen alle trainingsrelevanten Faktoren und Informationen wie Ihre medizinische Vorgeschichte, Lebenssituation, etc.
- Wir entwerfen unter Einbezug modernster Trainingsgeräte und gekoppelt an Ihre Zielsetzung, Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit einen individuell abgestimmten Trainings-therapie-Plan mit Kraft-, Ausdauer- und Koordinationsübungen.
- Wir erheben fortlaufende Zwischendiagnostiken, um eventuell erforderliche Anpassungen am Trainingsprogramm vorzunehmen.
- Sie trainieren nach ärztlicher Verordnung 2x pro Woche für die Dauer von drei Monaten.
- Eine weiterführende Therapie für die Dauer von sechs Monaten wird jedoch empfohlen.