



**Marien  
Aktiv**

## Onkologische Trainingstherapie (OTT)



Angeleitet  
–  
Individualisiert  
–  
Wissenschaftlich  
fundiert

---

## LIEBE PATIENTIN, LIEBER PATIENT,

eine Krebsdiagnose kann schlagartig das Leben verändern und verschiedene Ängste auslösen. Die Folgen sind oft Antriebschwäche und Niedergeschlagenheit. Aber zu viel Ruhe und Schonung kann zu Folgeerkrankungen und sozialer Isolation führen.

Bewegung und körperliche Aktivität können nachweislich mögliche Krankheits- und Behandlungsfolgen (u. a. Fatigue, Polyneuropathie, Inkontinenz, Muskel- und Knochenveränderung) reduzieren oder sogar ganz verhindern. Eine Bewegungstherapie sollte deshalb schon vor und während der akuten Behandlungsphase beginnen.

Wir möchten Ihnen durch die onkologische Trainingstherapie helfen, wieder mehr Lebensqualität und körperliche Leistungsfähigkeit zu erreichen. Die Therapie beinhaltet:

- Ein ausführliches Anamnesegespräch
- Eine individuelle, zielgerichtete Trainings- und Bewegungstherapie durch einen zertifizierten Therapeuten
- Anpassung des Trainings an Krebsart, Nebenwirkungen, Leistungszustand und Ziele
- Regelmäßiger Austausch der Therapeutinnen und Therapeuten mit den Ärztinnen und Ärzten des Onkologischen Zentrums Südwestfalen und der ambulanten onkologischen Praxen der Marien Ambulant am St. Marien-Krankenhaus.

Bringen Sie bitte zum ersten Termin eine medizinische Unbedenklichkeitsbescheinigung Ihres behandelnden Arztes, Dokumente wie aktuellen Arztbrief oder Laborwerte, Sportkleidung und ein Handtuch mit.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

***Das Team des Marien Aktiv Therapiezentrums***

### **Anmeldung:**

#### **Marien Aktiv Therapiezentrum**

Friedrichstraße 133 | 57072 Siegen

Telefon 0271 231 4300 oder 4306

E-Mail [therapie@mariengesellschaft.de](mailto:therapie@mariengesellschaft.de)

[www.mariengesellschaft.de](http://www.mariengesellschaft.de) | [www.marien-aktiv.de](http://www.marien-aktiv.de)

---

Marien Aktiv gGmbH, Kampenstraße 51, 57072 Siegen  
Geschäftsführer: Hans-Jürgen Winkelmann, Michael Wörster

***Marien Aktiv ist zertifiziert nach  
DIN EN ISO 9001:2015 & pCC Reha***