

## **Strukturmaßnahmen zur Verbesserung der Rehabilitation von Patient\*innen mit einem Multiplen Myelom durch Sport- und Bewegungstherapie (SAPPHIRE-MM Studie)**



### **Welches Ziel verfolgt die Studie?**

Sport und Bewegung ist für Patient:innen mit einer Tumorerkrankung wichtig und kann viele positive Effekte herbeiführen. Bei Patient:innen mit einem Multiplen Myelom bestehen aber oft Unsicherheiten, wie stabil der Knochen ist und, ob Bewegung überhaupt noch möglich ist. Im Rahmen dieser Studie erhalten Sie von uns eine orthopädische Beratung zur Knochenstabilität und einen darauf angepassten Trainingsplan, welchen Sie selbstständig zu Hause durchführen können. Wir passen den Plan individuell für Sie an und betreuen Sie kontinuierlich während der verschiedenen Therapiephasen. Das Ziel dieser Studie ist es, ein orthopädisches Behandlungskonzept für Patient:innen mit einem Multiplen Myelom zu entwickeln, damit keine Unsicherheiten mehr hinsichtlich der Knochenstabilität und Bewegung bestehen. Dieses Konzept soll anschließend auch auf andere Standorte übertragen werden.

### **Wie läuft die Studie ab?**

Im Rahmen dieser Studie sind 4 Termine am Myelomzentrum des Universitätsklinikums Heidelberg geplant. Die Studientermine passen sich an Ihre Krebstherapie an. Der erste Studientermin findet zu Beginn der ersten Therapiephase (Induktionstherapie) statt. Sie erhalten von uns eine ausführliche orthopädische Aufklärung zu Ihren Knochenveränderungen und worauf Sie im Alltag und bei sportlichen Aktivitäten achten sollten. Wir erstellen für Sie einen individuellen Trainingsplan, welchen Sie zu Hause selbstständig durchführen und über eine Online-Trainingsplattform dokumentieren. Bei Bedarf stehen wir Ihnen jederzeit für Rückfragen zur Verfügung. Der nächste Studientermin findet nach Abschluss der Induktionstherapie statt. Hier bereiten wir Sie für die nächste Therapiephase vor (Blutstammzelltransplantation) und informieren das Personal auf der Station, welche

Bewegungen bei Ihnen möglich sind. Nach Abschluss der Blutstammzelltransplantation findet der nächste Termin statt (Beginn Erhaltungstherapie). Der Trainingsplan wird nun erneut an Ihren aktuellen Gesundheitszustand angepasst und wir besprechen das weitere Vorgehen, u.a. die Durchführung einer Rehabilitationsmaßnahme. Sie erhalten von uns Informationsmaterial, sodass die behandelnden ärztlichen Kolleg:innen und Therapeut:innen in der Rehaklinik gut über Ihren Gesundheitszustand und knöcherne Veränderungen informiert sind. Der letzte Termin findet nach der Rehabilitationsmaßnahme statt. Hier wollen wir besprechen, wie Sie Sport und Bewegung langfristig in Ihren Alltag integrieren können.

### **Für wen ist die Studienteilnahme möglich?**

Rekrutiert werden Patient:innen mit einem neu-diagnostizierten Multiplen Myelom, für welche im Therapieverlauf die Durchführung einer Blutstammzelltransplantation möglich ist.

### **Habe ich einen persönlichen Nutzen?**

Durch die Studienteilnahme erhalten Sie eine kontinuierliche orthopädische Betreuung während der verschiedenen Phasen der Krebsbehandlung. Sie werden darüber informiert, welche Bewegungen für Sie möglich sind und worauf Sie achten sollten. Bei Bedarf wird Ihnen ein Hilfsmittel verschrieben (z.B. Rückenkorsett, Gehstützen etc.) und Sie erhalten Informationen, wie lange diese Hilfsmittel benötigt werden. Durch die Studienteilnahme sollen für Sie keine Unsicherheiten mehr hinsichtlich der Knochenstabilität bestehen. Wir stellen Ihnen Trainingsequipment und einen Zugang zu unserer Online-Trainingsplattform zur Verfügung.

### **Welche Risiken sind mit der Teilnahme verbunden?**

Es ist möglich, dass durch ein Training Verletzungen auftreten, z.B. auch Knochenbrüche. Wir führen unsere orthopädische Beratung zur Knochenstabilität und Bewegung seit mehreren Jahren durch und mittlerweile haben >500 Patient:innen mit einem Multiplen Myelom daran teilgenommen. Bisher kam es zu keinen schweren Verletzungen, welche mit dem Training in Zusammenhang standen. Durch die Erfahrungswerte, die wir in den letzten Jahren gewinnen konnten, können wir Ihnen daher bestätigen, dass das Risiko einer Verletzung durch unser Vorgehen sehr gering ist.

Wichtig ist allerdings, dass Sie eine orthopädische Einschätzung der Knochenstabilität erhalten und, dass der Trainingsplan individuell an Sie angepasst und regelmäßig überprüft wird.

**Sollten Sie Interesse haben, Studienteilnehmer:in zu werden, freuen wir uns über einen Anruf oder eine E-Mail:**

Orthopädische Sportsprechstunde am Myelomzentrum Heidelberg

E-Mail: [OSMM-Termin.MED5@med.uni-heidelberg.de](mailto:OSMM-Termin.MED5@med.uni-heidelberg.de)

Tel.: 06221/56-6585 (Frau Sarah Pignotti)