

Europäische Konferenz für Transplantation und körperliches Training in Krems: Transplant-Patienten profitieren nachweislich von Bewegung und Sport

Knapp 90 MedizinerInnen, SportwissenschaftlerInnen, TherapeutInnen und PatientInnen aus 12 Nationen nahmen von 24. bis 25. Juli 2015 an der Europäischen Konferenz für Transplantation und Physikalische Aktivität am Campus Krems teil.

(Krems, 29.7.2015) Von 24. bis 25. Juli 2015 fand an der Karl Landsteiner Privatuniversität für Gesundheitswissenschaften am Campus Krems in Kooperation mit der NÖ Landeskliniken-Holding die „Europäische Konferenz für Transplantation und körperliche Aktivität“ statt. Knapp 90 MedizinerInnen, SportwissenschaftlerInnen, TherapeutInnen und transplantierte PatientInnen aus 12 Nationen nahmen an der zweitägigen Veranstaltung am Campus Krems teil. Die Konferenz richtete sich an europäische Organisationen im Bereich der Organ-Transplantation, der Transplantations- und Sportmedizin, politische Entscheidungsträger sowie Selbsthilfegruppen und Studierende aus den Bereichen Medizin, Gesundheitswissenschaften, Sportwissenschaften und Rehabilitation. Ziel der Konferenz war es, körperliches Training vor und nach einer Transplantation als Schlüssel zur Verbesserung physischer, psychischer und psychosozialer Faktoren sowie Lebensqualität von betroffenen Transplant-Patientinnen und -Patienten in den Fokus zu stellen.

Die ExpertInnen präsentierten unter anderem eine Reihe von Studien, die die positiven Effekte von Bewegung – sowohl Ausdauer-, als auch Muskeltraining – auf verschiedene Regelkreise des menschlichen Organismus bestätigen und auch die „lebensverlängernde“ Wirkung von regelmäßigem Training unterstreichen. Univ.-Prof. Dr. Rochus Pokan, Wissenschaftler am Institut für Sportwissenschaften der Universität Wien, zeigte in seinem Vortrag beispielsweise, dass Herz-Transplant-Patienten in der Lage sind, ein umfangreiches und intensives Ausdauertraining zu absolvieren und deutlich höhere Leistungen zu erbringen als untrainierte oder moderat trainierte gesunde Vergleichspersonen.

Reduktion der Nebenwirkungen von Immunsuppressiva

Metastudien deuten darauf hin, dass regelmäßig betriebener, moderater Sport dazu beiträgt, die Nebenwirkungen von Immunsuppressiva zu reduzieren und durch die Aktivierung anti-inflammatorischer Faktoren die Entzündungsprozesse im Körper zu hemmen, wie Dr. Giorgio Mosconi und Dr. Marco De Fabritiis von der Abteilung für Nephrologie, Dialyse und Transplantation am Morgagni-Pierantoni Krankenhaus in Forli, Italien in ihrem Vortrag präsentierten. Körperliche Aktivität wirkt sich laut **den** ReferentInnen aber vor allem auf die Psyche der PatientInnen signifikant positiv aus und steigert die Lebensqualität der Betroffenen. In weiterer Folge trägt dies auch zu psychosozialer Stabilisierung bei: Die Transplantierten finden schneller in einen geregelten Alltag beziehungsweise ins Berufsleben zurück.

VertreterInnen von nationalen und internationalen Selbsthilfegruppen untermauerten die wissenschaftlichen Aussagen mit persönlichen Erfahrungen, betonten aber auch, dass es in der Bewusstseinsbildung noch viel Nachholbedarf herrscht. So wies DI Ulf Ederer, Obmann des Österreichischen Verbands für Herz- und Lungentransplantierte sowie Koordinator der Tiroler Landesstelle, darauf hin, dass die Zahl der sportlich aktiven Transplantierten noch weit hinter der

absoluten Zahl aller Transplant-PatientInnen nachhinke. Hier gebe es noch viel Aufklärungsarbeit zu leisten, bessere Rahmenbedingungen, Anreizsysteme und Trainingsangebote zu schaffen.

Univ.-Prof. Dr. Rudolf Mallinger, Rektor der Karl Landsteiner Privatuniversität für Gesundheitswissenschaften (KL), betont die Bedeutung der Konferenz für für Karl Landsteiner Privatuniversität für Gesundheitswissenschaften (KL): *„Wir verstehen uns als Wegbereiter und Katalysator für innovative, gesellschaftlich relevante Lehr- und Forschungsbereiche in der Medizin und im Gesundheitswesen. Dementsprechend unterstützen wir Themen wie „Transplantation und körperliche Aktivität“ gerne. Sie unterstreichen unsere Ausrichtung, Gesundheit und Krankheit umfassend als Schlüssel zu körperlichem, geistigem und seelischen Wohlbefinden zu betrachten. Außerdem erachten wir körperliches Training als zentralen Baustein in der Gesundheitsvorsorge ebenso wie in der Therapie. Die bei der Konferenz anwesenden Betroffenen haben eindrücklich gezeigt, welche positiven Effekte Bewegung im Leben von Transplantierten haben kann.“*

Positionspapier „Transplantation und körperliches Training“

Dr. Susanne Keitel, Direktorin des Europäischen Direktorats für die Qualität von Arzneimitteln und Gesundheitsfürsorge im Europarat wies in ihrer Video-Grußbotschaft auf das Positionspapier „Transplantation und körperliches Training“ hin: *„Im Positionspapier macht das Europäische Komitee für Organtransplantation allen Mitgliedsstaaten des Europarats eine Reihe von Vorschlägen. Es schlägt vor, dass körperliche Trainingsprogramme zur Behandlung von Transplant-Patienten gefördert werden sollen, um damit die Lebensqualität nach der Transplantation zu verbessern. Es ruft die Regierungen auch auf, auf diesem Gebiet aktiv zu werden, um das Bewusstsein unter Ärzten, Spezialisten, Gesundheitseinrichtungen und nationalen Gesundheitsbehörden für die Bedeutung und den Nutzen regelmäßigen körperlichen Trainings bei Transplant-Patienten in Verbindung mit einer immunsuppressiven Therapie zu stärken.“*

Sportlicher Höhepunkt der zweitägigen Konferenz war der Awareness Run, eine Initiative des Intensivmediziners Primar Univ.-Prof. Dr. Christoph Hörmann, Fachsenatsvorsitzender der KL sowie stellvertretender ärztlicher Leiter des Universitätsklinikum St. Pölten: Unter dem Motto „Make a Move – Make a Difference“ beteiligten sich ReferentInnen und TeilnehmerInnen der Veranstaltung an diesem symbolischen Lauf vom Campus Krems in die Kremser Innenstadt und zurück. *„Mit dem Awareness Run „Make a Move – Make a Difference“ möchten wir auf die gesundheitlichen Chancen und positiven psychologischen Auswirkungen von körperlichem Training bei Transplantations-PatientInnen aufmerksam machen“,* resümiert Christoph Hörmann und ergänzt: *„Bewegung bringt aber vor allem eines: Lebensqualität und Lebensfreude!“*

Fotos zum Download unter: <http://www.kl.ac.at/presse/pressefotos>

Rückfragen:

Eva-Maria Gruber
Kommunikation, PR & Marketing
Karl Landsteiner Privatuniversität für Gesundheitswissenschaften
Dr.-Karl-Dorrek-Straße 30
3500 Krems / Austria



M: +43 664 5056211

E: evamaria.gruber@kl.ac.at

I: www.kl.ac.at