

Diplom-Trainer Ralf Brandt und seine Arbeit mit Gehirntumorpatienten

Von Christoph Dolch 24.04.2023

Am Universitätsklinikum Münster finden seit mehreren Jahren [psychoonkologische Studien](#) mit sportlichen Aktivitäten als Teil der Interventionen statt. Ralf Brandt, Sportwissenschaftler und Diplom-Trainer, ist einer der Initiatoren dieser Studien und hat inzwischen Tumorpatienten in mehr als 4100 persönlichen Trainingsstunden individuell trainiert und damit in Deutschland die meisten Erfahrungen im Training mit Hirntumorpatienten.

Kinder und Erwachsene mit bösartigen Hirntumoren haben oft mit körperlichen und geistigen Einschränkungen zu kämpfen, die durch die Tumorkalisation oder die notwendige Behandlung entstehen. Sportliche Aktivitäten können dazu beitragen, diese Defizite zumindest teilweise auszugleichen und das allgemeine Wohlbefinden der Betroffenen zu verbessern. Trotzdem gibt es nur wenige Angebote, die speziell auf die Bedürfnisse von Hirntumorpatienten zugeschnitten sind.

Die Studien des UKM zielen darauf ab, diese Lücke zu schließen, indem ein individuelles Sportprogramm angeboten wird. Die individuelle Betreuung der Patienten soll helfen, die Hemmschwelle zu senken und die Patienten wieder an Sport und Bewegung heranzuführen. Die Trainingsprogramme sind darauf ausgerichtet, Kraft, Koordination und Alltagstauglichkeit zu verbessern, die bewegungsbezogene Lebensfreude zu steigern und das Selbstwertgefühl der Patienten zu stärken.

„Ich bin da nicht Therapeut, sondern Trainer“, stellt Brandt klar. Individuelle Trainingspläne, persönliche Betreuung – „ich arbeite da ganz eng mit den Patienten zusammen.“ Meist auf dem Ergometer oder auf dem Fahrrad, viel wird gelaufen, ab und an geschwommen, eher in seltenen Fällen Ball gespielt. „Der Ballsport ist durchaus schwierig vor allem wegen der Erschütterungen und den schnellen Drehbewegungen im Kopfbereich.“

Die Patienten sind oft begeistert und voll Lobes für ihren Trainer: „Ralf ist ein unglaublicher Motivator! Wenn ich in der Sporthalle bin, fühle ich mich gar nicht wie in Therapie, sondern wie bei einem „echten“ Sporttraining!“ „Nach dem Training bin ich zwar ausgepowert – aber glücklich!“ Ich konnte meinen Hirntumor endlich einmal vergessen!“.

Mehr Informationen zum Thema und den Studien finden sich hier:

- [Mobil mit Hirntumoren – MMH Sportstudie \(mmh-sportstudie.de\)](http://mmh-sportstudie.de)

