

## **Interview mit Dr. Arno Krombholz, Netzwerk „ActiveOncoKids“**

**Das Interview führte Heinz D. Swoboda-Kirsch (HSK)**

**HSK**

**Herr Dr. Krombholz. Als Sportwissenschaftler an der Ruhr-Universität Bochum beschäftigen Sie sich unter anderem mit Sport für krebserkrankte Kinder während und nach einer Behandlung. Warum ist Sport für die erkrankten kleinen Patienten so wichtig?**

Sport und Bewegung spielen in der Betreuung krebserkrankter Kinder und Jugendlicher eine doppelte Rolle: sie wirken nicht nur in der akuten Behandlungsphase unterstützend, sondern sind auch in der Nachsorge von zentraler Bedeutung. In der Akutphase helfen gezielte sportliche Aktivitäten, Therapie-Nebenwirkungen wie Fatigue, motorische Einschränkungen und psychosoziale Belastungen zu mildern. So zeigen Studien bereits am Ende der intensiven Therapie, dass Kinder von Bewegungsangeboten profitieren, indem sie ihre körperliche Leistungsfähigkeit schneller wiedererlangen und sich emotional stabilisieren.

Doch auch weit über die Akutphase hinaus hat regelmäßiger Sport einen nachhaltigen Effekt. In der Nachsorgephase unterstützt körperliche Aktivität nicht nur den Wiederaufbau von Muskelkraft, Koordination und Ausdauer, sondern wirkt auch präventiv gegen Langzeitfolgen wie Übergewicht, Fatigue, kardiovaskuläre Probleme und weitere Folgeerkrankungen. Forschungen zeigen, dass sportliche Betätigung das Risiko von Spätfolgen reduziert und zur langfristigen Lebensqualität beiträgt. Somit stärkt ein in den Alltag integriertes Sporttreiben nicht nur die physische Fitness, sondern auch das emotionale Wohlbefinden: ein Aspekt, der in der psychosozialen Rehabilitation ebenso wichtig ist wie die Wiederherstellung körperlicher Funktionen.

Besonders naturnahe Sportarten, wie sie im ActiveOncoKids-Projekt angeboten werden, tragen zusätzlich zur Stressreduktion und zur Steigerung des Selbstbewusstseins bei. Diese Aktivitäten fördern soziale Kontakte und schaffen Räume, in denen die Kinder und Jugendlichen ihre Ängste überwinden und Vertrauen in ihre körperlichen Fähigkeiten entwickeln können. Somit trägt der Sport entscheidend dazu bei, dass junge Patient\*innen einen Weg in ein aktives, gesundes und selbstbestimmtes Leben finden.

**HSK**

**Das Netzwerk „ActiveOncoKids“ wird durch Sie und eine Kollegin aus der Universitätsklinik Essen koordiniert. Sagen Sie uns, wie dieses Netzwerk strukturiert ist und warum es an der Ruhr-Universität angesiedelt ist.**

Unser Netzwerk basiert auf einer engen interdisziplinären Kooperation: Die sportwissenschaftliche Expertise der Fakultät für Sportwissenschaft an der Ruhr-Universität Bochum und das klinische Know-how der Universitätsklinik Essen werden hier ideal miteinander verknüpft. Diese strukturelle Verbindung, mit der gemeinsamen Leitung durch Privat Dozentin Dr. Miriam Götte und mich, ermöglicht es uns, passgenaue, zielgruppenspezifische Angebote zu entwickeln. Die Ansiedlung an der Ruhr-Universität bietet uns zudem den Zugang zu hochqualifizierten Studierenden der Sportwissenschaft, modernsten Sportgeräten und umfangreichen didaktischen Ressourcen, was unser Engagement nachhaltig stärkt.

## **HSK**

**Welche Sport- und Bewegungsprogramme bieten Sie an, können Begleitpersonen dabei sein und wer kann sich wie beim Netzwerk anmelden.**

Wir setzen vor allem auf Natursportarten: Unser Angebot umfasst beispielsweise Wassersportarten wie Windsurfen, Segeln, Kanufahren, Rudern, Stand-Up-Paddling und Tauchen sowie Klettern, Bergwandern und sogar Schneesport, aber auch Bogenschießen, Tennis, Inlineskaten, Longboarden. Diese Aktivitäten werden in Form von Aktionstagen, Wochenendfreizeiten und Ferienfreizeiten angeboten. Neben den Patienten können auch Familienmitglieder und Freund\*innen teilnehmen. Unsere Angebote richten sich in erster Linie an Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, die während oder nach einer Krebsterapie Unterstützung in ihrer motorischen Rehabilitation suchen. Die Anmeldung erfolgt über unser Office an der Ruhr-Universität Bochum am Gesundheitscampus-Nord 10 telefonisch (0234 32-29521) oder auch per E-Mail [activeoncokids-ruhr@rub.de](mailto:activeoncokids-ruhr@rub.de). Viele Informationen findet man auf unserer Homepage: [activeoncokids.org/zentrum/zentrum-ruhr/](http://activeoncokids.org/zentrum/zentrum-ruhr/)

## **HSK**

**Ich verstehe Ihre Arbeit und die der Sportwissenschaftler, sowie des medizinischen Personals einerseits als Nachsorge, andererseits aber auch als Präventionsmaßnahme, weil ja nicht ausgeschlossen werden kann, dass Spätfolgen eintreten. Wie sehen Sie das?**

Unser Konzept verfolgt einen doppelten Ansatz: Einerseits leisten wir unmittelbare Nachsorge, indem wir akute therapiebedingte Einschränkungen durch gezielte Bewegungsprogramme mildern. Andererseits verstehen wir unsere Angebote auch als präventive Maßnahme. Durch die Etablierung eines lebensbegleitenden Sporttreibens beugen wir langfristigen Spätfolgen wie Übergewicht und anhaltender Inaktivität vor. So schaffen wir nicht nur kurzfristig Erleichterung, sondern fördern auch die nachhaltige Gesundheit der Kinder und Jugendlichen.

## **HSK**

**So ein Netzwerk aufzubauen und am Leben zu erhalten kostet Geld. Wie finanziert es sich?**

Der Aufbau und Erhalt eines solch innovativen Netzwerks erfordert eine solide finanzielle Basis. Wir sichern unsere Finanzierung durch eine Kombination aus institutioneller Unterstützung der Ruhr-Universität Bochum und der Universitätsklinik Essen, Mitteln aus Förderprogrammen, Elternvereinen sowie durch Kooperationen mit Sportvereinen und regionalen Partnern. Diese vielfältigen Finanzierungsquellen ermöglichen es uns, langfristig qualitativ hochwertige Angebote zu realisieren und kontinuierlich auszubauen. Trotzdem ist es von Jahr zu Jahr eine große Herausforderung, das Projekt zu finanzieren, da viele Angebote kostenlos sind oder in großem Umfang bezuschusst werden, um die finanziellen Barrieren einer Teilnahme so gering wie möglich zu halten. Daher freuen wir uns über jede, noch so kleine, Spende. Infos dazu gibt es auch auf unserer Homepage.

## **HSK**

**Lassen Sie mich zum Schluss unseres kleinen Interviews noch eine persönliche Anmerkung machen. Sie haben sehr ausführlich beschrieben, warum Bewegung für die**

**erkrankten Kinder und Jugendlichen so wichtig ist und was das Netzwerk ActiveOncoKids dazu beitragen kann. Sicher erfüllt es Sie mit großer Freude, den Kindern und ihren Eltern in dieser schwierigen Lebenssituation helfen zu können.**

Die Arbeit mit krebskranken Kindern und Jugendlichen ist für mich weit mehr als ein berufliches Engagement: sie ist eine Herzensangelegenheit. Es bewegt mich zutiefst zu sehen, wie selbst kleine sportliche Einheiten das Leben dieser jungen Menschen nachhaltig verbessern. Wenn ich erlebe, wie Kinder nach einer oft langen und belastenden Therapie wieder Freude an der Bewegung finden, spüre ich eine immense Dankbarkeit und Bestätigung in meiner Arbeit. Es ist beeindruckend zu beobachten, wie die Kinder durch sportliche Aktivitäten nicht nur ihre körperliche Stärke zurückgewinnen, sondern auch ihr Selbstbewusstsein und ihre sozialen Fähigkeiten wiederentdecken.

Der persönliche Austausch, das Lachen während der gemeinsamen Aktivitäten und das sichtbare Strahlen in den Augen der Kinder und ihrer Familien geben mir täglich die Gewissheit, dass jede Bewegung zählt. Es ist diese Kombination aus wissenschaftlich fundierten Konzepten und den greifbaren, positiven Veränderungen im Alltag der Patient\*innen, die mich immer wieder antreibt. Ich sehe es als meine Verantwortung, den jungen Menschen Hoffnung zu schenken und ihnen zu zeigen, dass sie trotz der schwierigen Umstände ein aktives und erfülltes Leben führen können. Diese Erlebnisse bestärken mich darin, weiterhin innovative und zielgruppenspezifische Angebote zu entwickeln, um den Weg in ein gesundes und selbstbestimmtes Leben nachhaltig zu ebnen.