

## MERKBLATT – BLUTKREBS (LEUKÄMIE)

### Anatomie

Die Zellen im Blut lassen sich nach morphologischen und funktionellen Kriterien in folgende Zellen einteilen:

- Erythrozyten (rote Blutkörperchen) → Gastransport
- Leukozyten (weiße Blutkörperchen) → Abwehrsystem
- Thrombozyten (Blutplättchen) → Blutgerinnung

### Beschreibung

Bei einer Leukämie ist der Austausch alter und neuer Zellen im Knochenmark gestört (autonome Proliferation einer Leukozytenform). Dabei wird zwischen folgenden Arten differenziert:

- Akute lymphatische Leukämie (ALL)
- Akute myeloische Leukämie (AML)
- Chronische lymphatische Leukämie (CLL)
- Chronische myeloische Leukämie (CML)

Akut/chronisch = beschreibt den Verlauf der Erkrankung

- Akute Leukämie = lebensbedrohlich und führt unbehandelt in wenigen Wochen und Monaten zum Tode
- Chronische Leukämie: schleichend

Myeloisch/lymphatisch = beschreibt welche Blutzellen fehlerhaft sind

### Therapie

1. Akute Leukämie: Induktionstherapie (hochdosierte Arzneimittelgabe), auf die nach einer Remission (Abschwächung der Symptome) eine Knochenmarkstransplantation oder eine Konsolidierung- und Erhaltungstherapie (zur Aufrechterhaltung des Ergebnisses) folgt
2. Chronische Leukämie: z. B. (Poly-)Chemotherapie, Knochenmarks- oder Stammzellentransplantation

### Rehabilitationssport und Blutkrebs:

Es ist schwierig, generelle Trainingsempfehlungen für diese Zielgruppe auszusprechen, sodass ein Sport und Bewegungsprogramm umso mehr zur Vermeidung einer Überforderung individuell angepasst sein sollte.

DOS	DON'TS
Allgemeine Fitness erhalten und verbessern	Übungen mit intensivem Körperkontakt
Moderat anstrengendes Krafttraining	Keine intensiven Belastungen
Ausdauertraining	Hygienemaßnahmen nicht berücksichtigen
Übungen zur Minderung von Polyneuropathie	Bei Schwächung des Immunsystems auf intensive Belastungen sowie Übungen mit Körperkontakt verzichten

