



MERKBLATT – LYMPHOME

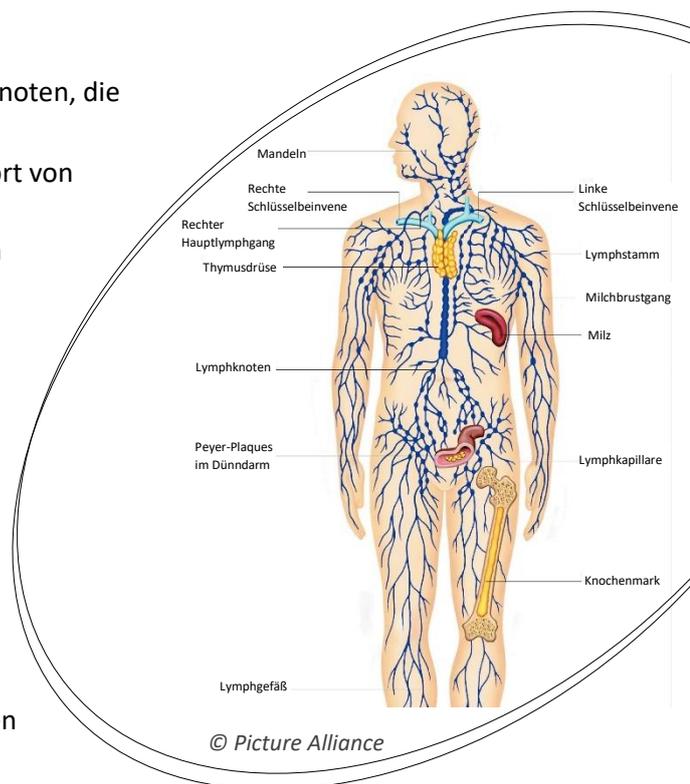
Anatomie

- Zu dem lymphatischen System gehören die Lymphknoten, die Milz, der Thymus und die Mandeln
- Aufgabe des lymphatischen Systems ist der Transport von Fremdkörpern wie Viren und Bakterien zu den Lymphknoten, die als Klärwerke des Körpers dienen

Beschreibung

Maligne Lymphome sind unterschiedliche Krebserkrankungen des lymphatischen Systems. Dabei wird unterschieden zwischen:

- Hodgkin-Lymphom: Erkrankung durch eine Neubildung bzw. genetische Veränderung der B-Zellen (weißen Blutkörperchen) mit Ursprung in den Lymphknoten, bei der es zu einem unkontrollierten Wachstum mit fehlendem Zelltod der genetisch veränderten Zellen kommt, wodurch die betroffenen Lymphknoten anschwellen
- Non-Hodgin-Lymphom: maligne Lymphome, die von B- und T-Neoplasien (Neubildungen) ausgehen, sich aber histologisch (feingeweblich) und klinisch von den Hodgkin-Lymphomen unterscheiden



Die Zahl der Erkrankungen in Deutschland liegt bei jährlich 3 von 100.000 Menschen (abhängig von Alter und Geschlecht).

Therapie

1. Kombination von Chemo- und Strahlentherapie in Abhängigkeit vom Stadium der Erkrankung
2. intensivierte Chemotherapie in Kombination mit einer Stammzelltransplantation kann bei mehrfachen Rezidiven und kurativer (heilender) Zielsetzung durchgeführt werden

Rehabilitationssport und Lymphome

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