

Syöpäpotilaiden LIIKUNTAINTERVENTIO fyysisen aktiivisuuden lisäämiseksi solunsalpaajahoidon aikana

Himberg Marianne, Rekunen Maijastiina, Lempiäinen Salla, Oksanen Airi

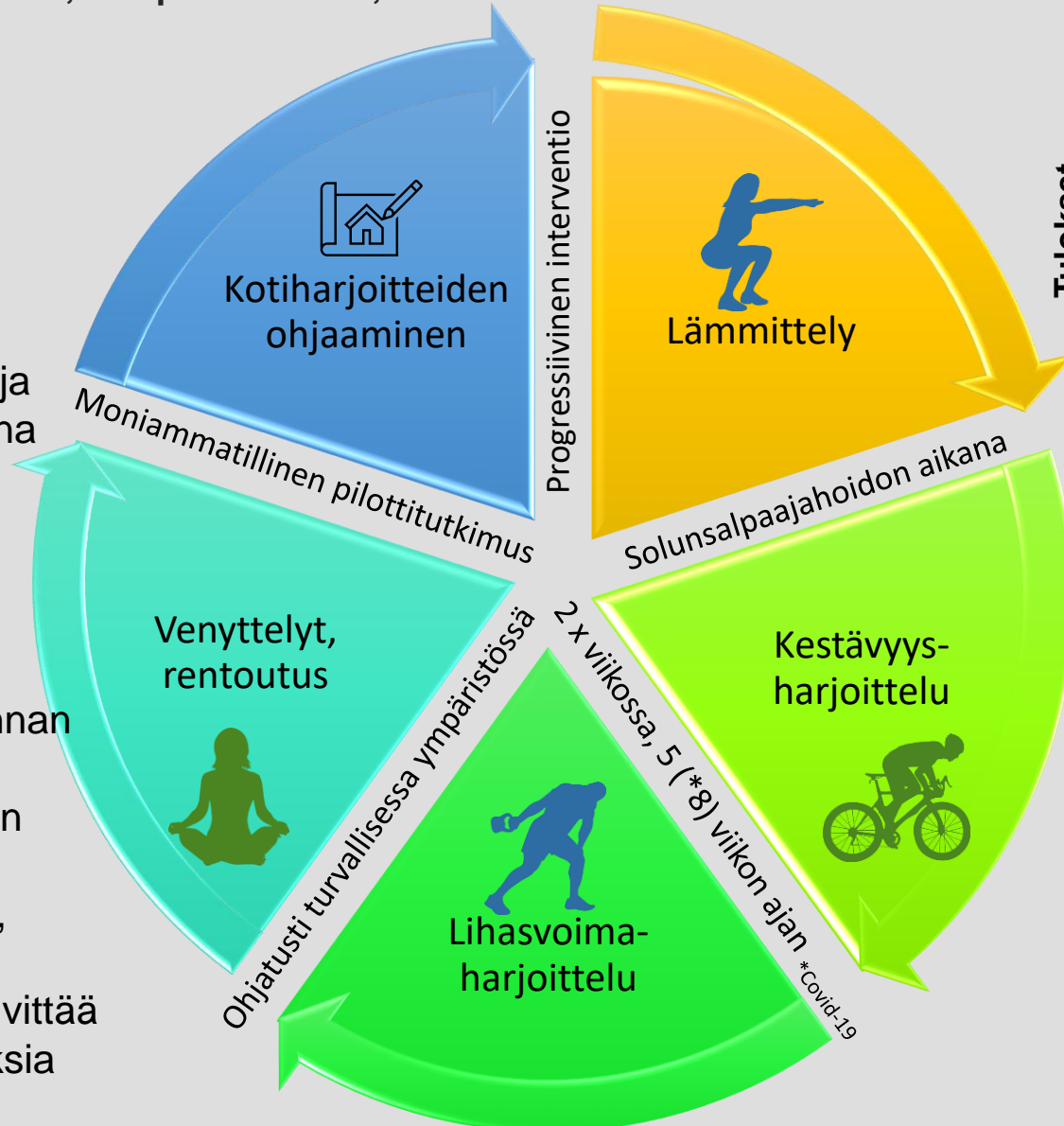


Tausta

- ❖ Syöpäpotilaat hoitojen aikana fyysisesti passiivisia
- ❖ Syöpähoitojen haitat yleisiä ja heikentävät liikkumis- ja toimintakykyä
- ❖ Tietoisuus liikunnan hyödyistä ja ohjaus liikuntaan hoitojen aikana on vähäistä
- ❖ Suomessa ei aiempia hoitojen aikaisia liikuntainterventioita

Tavoite

- ❖ Lisätä fyysistä aktiivisuutta ja liikuntaa sekä tietoisuutta liikunnan hyödyistä hoitojen aikana
- ❖ Saada tietoa liikuntaintervention vaikutuksista: elämänlaatuun, uupuneisuuteen, lihasvoimaan, kehonkoostumukseen sekä selvittää potilaiden osallistumiskokemuksia



Tulokset

- ❖ Fyysinen aktiivisuus lisääntyi ja kansainvälinen liikuntasuositus täyttyi osallistumisella
- ❖ Liikunnan hyötyjen ja tietoisuuden vahvistuminen kansallisesti
- ❖ Elämänlaatu ja emotionaalinen hyvinvointi kohentui
- ❖ Uupuneisuus väheni
- ❖ Toiminnallinen lihasvoima vahvistui
- ❖ Kestävyyskunnossa ei muutoksia
- ❖ Kehonkoostumus kohentui
- ❖ Potilaiden kokemukset positiivisia: mielen hyvinvointi ja uskallus liikunnan harrastamiseen lisääntyivät, vertaistuen läsnäolo, asiantuntijoiden viikoittaiset tapaamiset.