

MEHMETCAN WILL **treten**

Der achtjährige Junge hat **KREBS**. Er bekommt seine siebte Chemotherapie. Mit Sport kämpft er für mehr Kraft und weniger Nebenwirkungen

Mehmetcan möchte sofort auf das Rudergerät. Der Achtjährige steigt aus dem Rollstuhl und streift den weiß-grünen Mundschutz ab. „Nein, fahr erst etwas Rad zum Aufwärmen“, sagt Torge Wittke. Der Sportwissenschaftler holt Mehmetcans Infusionsständer und hilft dem Jungen, auf das Rad zu steigen, stellt den Sattel nach unten, damit die kurzen Beine die Pedale erreichen. Und sofort legt Mehmetcan los: Er tritt und tritt. Auf den drei Monitoren über ihm laufen die aktuellen Nachrichten, aus dem Radio dudelt Musik, aber er beachtet sie nicht: Er strampelt und lächelt. „Das ist hier eine andere Welt“, sagt Torge Wittke. Eine Welt, in der der Krebs mal nicht die Hauptrolle spielt.

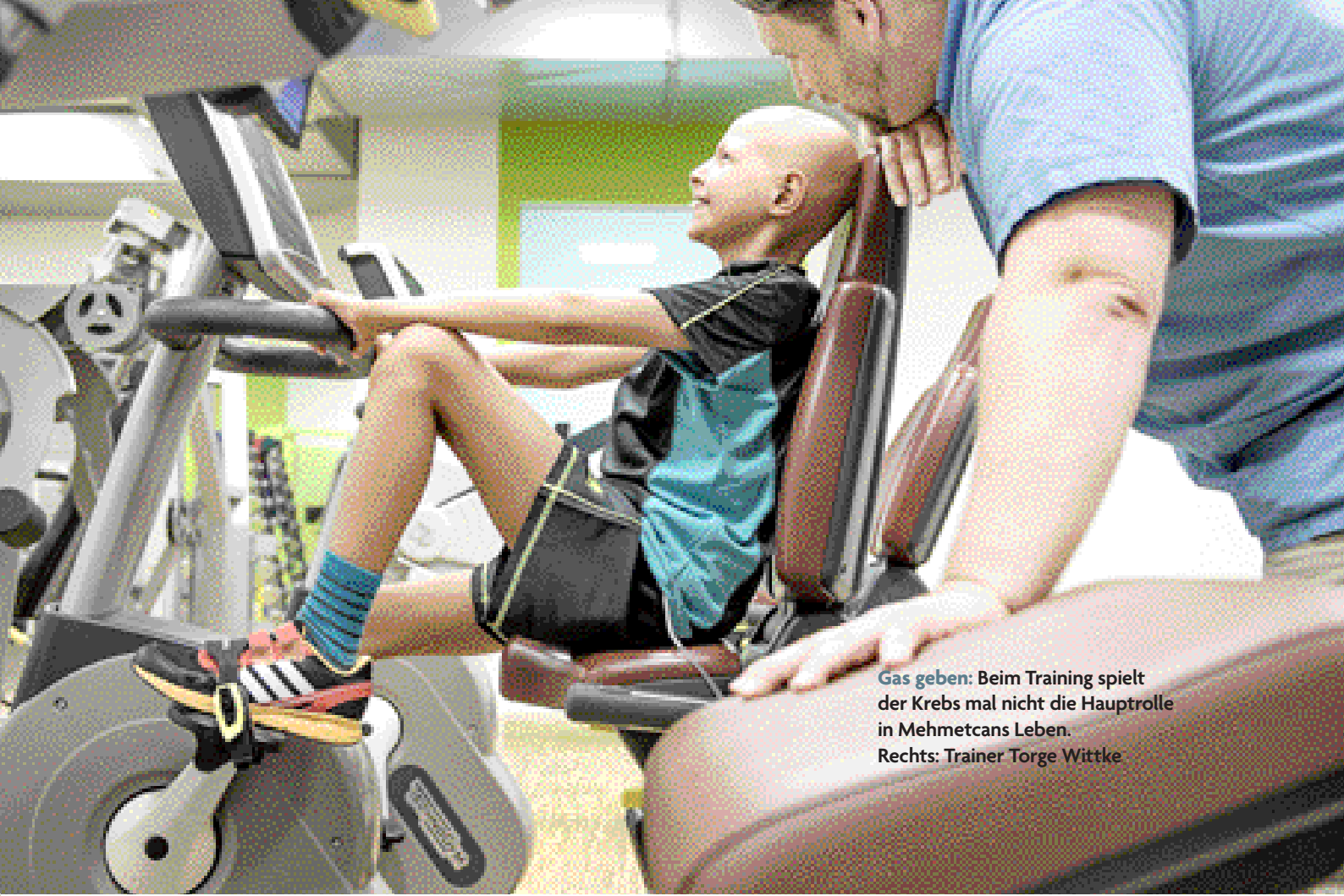
Normalerweise verbringt Mehmetcan seinen Tag auf Station 64a, in einem Zweibettzimmer. An den Wänden hängen Pinguin- und Elefantenfotos, doch der Alltag ist

trist: im Bett liegen, Chemotherapie durchlaufen lassen, fernsehen, auf dem Handy spielen. Seit Januar verbringt er mehrere Wochen am Stück auf der kideronkologischen Station der Medizinischen Hochschule Hannover (MHH). Gerade erhält er wieder eine Chemotherapie, es ist die siebte.

Jedes Jahr erkranken in Deutschland 1800 Kinder an Krebs. „Die Therapien sind mittlerweile so gut, dass 80 Prozent der Kinder überleben“, sagt Prof. Dr. med. Christian Kratz, ärztlicher Direktor der Klinik für Pädiatrische Hämatologie und Onkologie der MHH. Aber die Behandlung hat Nebenwirkungen: Haarverlust, Übelkeit, Erschöpfung. „Liegen die Kinder nur im Bett, wie es früher üblich war, nimmt ihre Ausdauer und Kraft extrem ab“, erklärt Kratz. Heute raten viele Ärzte den Patienten zu Bewegung. Es gibt sogar Sportfeste für Krebspatienten. Vor zwei Jahren



W&E/Michael Löwa (2)



Gas geben: Beim Training spielt der Krebs mal nicht die Hauptrolle in Mehmetcans Leben.
Rechts: Trainer Torge Wittke

Mit Zuversicht:
Nurtac Cevik motiviert ihren Sohn zum Sport, wenn der Trainer es mal nicht schafft

wurde Sport in die Krebstherapie an der MHH aufgenommen, heute gilt sie als Vorzeigeprojekt.

Mehmetcan wollte anfangs nur liegen. „Ihm war alles egal“, erinnert sich seine Mutter Nurtac Cevik. „Oder er hat vor Schmerzen geschrien.“ Im vergangenen Sommer war er noch gesund: Nachmittags spielte er mit seinen Freunden Fußball. „Er war immer in Bewegung. Er hat Sport geliebt“, sagt der Vater Berat Cevik.

Dann begannen die Schmerzen im rechten Bein, Mehmetcan stellte sich beim Kicken freiwillig ins Tor. Manchmal konnte er nur mit dem Fußballen auftreten. Wachstumschmerzen, meinte der Kinderarzt. Doch die Schmerzen nahmen zu. „Es ist, als ob jemand mit einem Messer in den Oberschenkel sticht“, beschrieb der Junge es. Als er eines Nachts nur noch schrie, fuhren die Eltern in die Klinik. Ein paar Tage

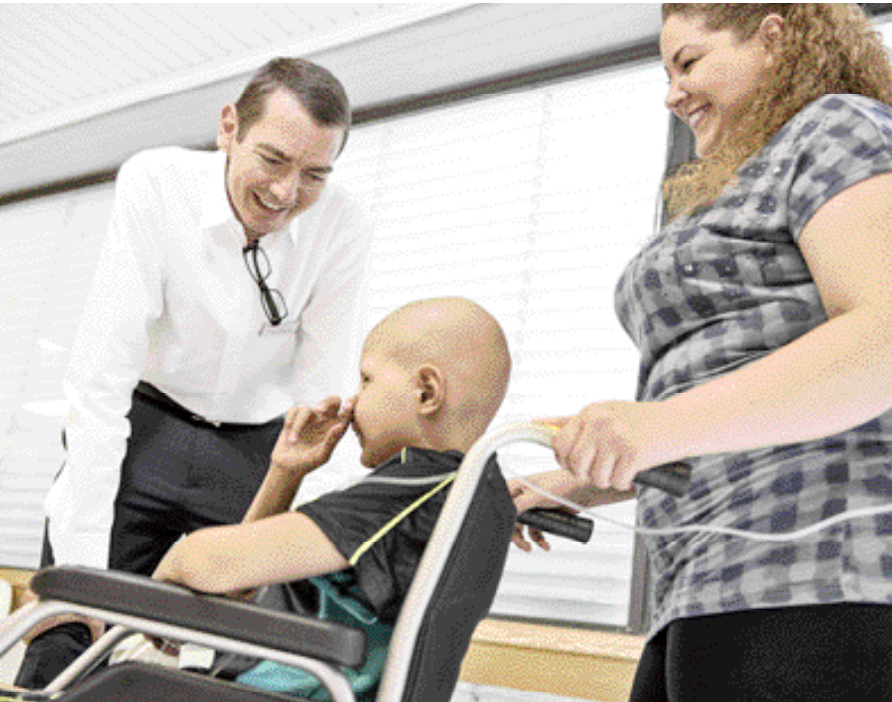
später erhielten sie die Diagnose: Ewing-Sarkom. Ein neun Zentimeter großer Knochentumor im rechten Becken. Die Ärzte begannen sofort mit der Behandlung.

Schon während der ersten Chemotherapie stand Torge Wittke an Mehmetcans Bett und fragte: „Willst du mit mir Sport machen?“ Mehmetcan wollte nicht. Torge Wittke kam einfach wieder, Tag für Tag. „Ich setze auf Freiwilligkeit“, sagt er. „Manchen Kindern muss ich Starthilfe geben. Dann läuft es, weil sie merken, dass es guttut.“

Als Torge Wittke an diesem Nachmittag in der Tür steht, fliegt ein Lachen auf Mehmetcans Gesicht. „Er hat schon den ganzen Tag auf dich gewartet“, sagt die Mutter. Dann zieht eine kleine Karawane los: Der Vater schiebt den Rollstuhl, die Mutter den Infusionsständer mit den Monitoren und der Kochsalzlösung, Torge Wittke

geht mal voran, mal hinterher, hält Türen auf und scherzt: „Na, Papa, machst du heute mit?“ Sie gehen zum Fitnessraum im Sport-Institut. Meist läuft Mehmetcan den 300 Meter langen Weg, heute fühlt er sich schlapp. „Manchmal kommen wir an und müssen gleich zurück, weil die Kinder doch zu schwach sind“, sagt Wittke. „Ich bin trotzdem stolz, denn sie haben den Weg hierher geschafft.“

Es gibt noch wenige Studien zum Effekt von Sport auf die Krebstherapie bei Kindern. Auch für kranke Kinder gilt, dass Bewegung Muskeln und Ausdauer stärkt. „Viele Kinder bekommen Rückenschmerzen vom Liegen. Sport kann vorbeugen“, sagt Mediziner Kratz. Auch der Psyche tut Bewegung gut. „Die Kinder haben Erfolgserlebnisse. Das stärkt ihr Selbstvertrauen und gibt ihnen Kraft, die Therapie durchzuhalten“, so Torge Wittke. Er setzt auch auf langfris- ►



Im Gespräch:
Den Kinderonkologen Christian Kratz beeindruckt Mehmetcans Sportsgeist

Mit aller Kraft:
Mehmetcan trainiert seine Bein-, Arm- und Rückenmuskeln mit Torge Wittke (rechtes Foto und Foto unten)



tige Effekte. Wer als Kind Krebs hatte, leidet möglicherweise später an Folgeproblemen wie Muskelschwäche, Übergewicht oder Depression. „Sport ist eine gute Medizin dagegen“, sagt Wittke.

Die jetzige Situation sei jedoch eine Notlösung. In dem Fitnessraum trainieren Patienten aus allen Stationen. „Weil die Kinder immunschwach sind, besteht erhöhte Ansteckungsgefahr“, sagt Christian Kratz. Daher müssen sehr schwache Kinder auf der Station bleiben. „Sport ist für die Kinder aber wichtig“, sagt Bärbel Dütemeyer vom Verein für krebskranke Kinder Hannover. Der Verein hat das Projekt erst ermöglicht, indem er den Trainer finanziert. Nun hat er einen eigenen Sportraum geschaffen, damit die Kinder in sicherer Umgebung üben können.

Leitlinien zur Sporttherapie für Kinder mit Krebs gibt es nicht. Die Angebote der Kliniken sind unterschiedlich. Das bundesweite Netzwerk ActiveOncoKids, bei dem die Hannoveraner mitmachen, will das ändern. „Die Sporttherapie ist



nicht einfach durchzuführen. Die Chemotherapie ist ein Auf und Ab, das macht das Training schwer planbar“, sagt Wittke. An einem Tag rudere ein Kind zehn Minuten ohne Pause, am nächsten schaffe es nur, sich aufzusetzen. Weil Wittke täglich auf die Station geht, kennt er die individuellen Bedürfnisse.

Deshalb muss Mehmetcan heute erst Rad fahren und sich aufwärmen. „Die Muskeln an seinen Beinunterseiten sind verkürzt. Wenn er

sie erwärmt hat, kann er sie gezielt dehnen“, erklärt Wittke. Mehmetcan strampelt immer weiter, 0,78 km, 0,79 km, die Zahl steigt beständig. Der Blick des Jungen wird ernst. „Willst du eine Pause machen?“, fragt Wittke. Mehmetcan schüttelt den Kopf. Aber Wittke besteht darauf: „Doch! Bastian Schweinsteiger macht auch immer eine Pause.“ 0,97 km steht auf dem Tacho, als Mehmetcan absteigt. Dann geht nichts mehr. Die Übelkeit von der morgend-



lichen Chemotherapie kommt hoch. Durch die langen Gänge geht es zurück.

Später, als er sich erholt hat, macht er noch etwas Krafttraining im Bett. „Tritt zu, komm, tritt fester“, feuert Wittke Mehmetcan an. Der beißt die Zähne zusammen und sammelt Kraft, um Wittke mit den Füßen wegzuschieben – und trainiert so seine Beinmuskeln. Dann folgt Mehmetcans Lieblingsübung: sich mit den Armen wegdrücken und heranziehen. „Super gegen Rückenschmerzen“, sagt Wittke.

Nurtac Cevik sitzt auf der Klapp-
liege und beobachtet ihren Sohn. Torge Wittke nennt sie „meine Co-Trainerin“, weil sie ihren Sohn zum

AUFRUF

Helfen und spenden

Bislang bezahlen erst zwei Krankenkassen die Sporttherapie. Damit jedes Kind aktiv sein kann, übernimmt der Verein für krebskranke Kinder in Hannover die Kosten (www.verein-fuer-krebskranke-kinder.de). Mit einer Spende können Sie helfen:

Sparkasse Hannover
IBAN: DE 86 2505 0180 0000
0015 60; BIC: SPKHDE2HXXX

Sport motiviert, wenn er es nicht schafft. „Es hilft gegen die Schmerzen“, sagt sie. Im Fitnessraum tritt sie auch manchmal selbst in die Pedale. „Als betroffene Familie sitzt man wochenlang am Bett. Da leidet auch der Körper“, sagt Dütemeyer. Damit die Eltern fit bleiben, unterstützt Wittke sie beim Training: „Nichts wäre schlimmer, als wenn die Kinder dann gesund sind, aber die Eltern keine Kraft mehr haben.“

Nach der Chemotherapie wird Mehmetcan noch sieben weitere Zyklen bekommen, und der Tumor wird bestrahlt. Momentan ist er vier Zentimeter groß. Mehmetcans Vater träumt davon, eines Tages wieder mit dem Sohn zu kicken. „Die Hoffnung ist da“, sagt er. „Aber die Angst auch.“ *Peggy Elfmann* ■

Bambini
Kinderarzt

„Wenn Kinder der Husten quält, bin ich für sie da.“

- Wirkt zielgerichtet bei Erkältungshusten
- Stärkt die Selbstheilung
- Für Kinder ab 6 Monaten



Werde Fan von Bini Bambini 



NEU
in der Apotheke

Mehr zu Bronchobini und unseren anderen drei Produkten auf www.bambini-kinderarzt.de

Bambini Kinderarzt. Natürlich helfen. Natürlich wirksam.

Bronchobini • Zul.-Nr.: 61 52951-00-00 / Streukügelchen für Säuglinge ab 6 Monaten, Kleinkinder, Kinder, Jugendliche u. Erwachsene / Anw.geb.: Sie ansprechen dann homöopath. Arzneimittelbildern. Dazu gehört: Besserung der Beschw. bei Entzündg. der Atemwege, Hinweis: Bei länger anhaltenden Beschw., bei Atemnot, bei Fieber o. bei eitrigem o. blutigem Auswurf sollte ein Arzt aufgesucht werden. Vorichtsmaßn. F.d. Anwendg.: Zur Anwendg. bei Säuglingen unter 6 Monaten liegen keine ausreichend dok. Erfahrungen vor. Es soll deshalb bei Säuglingen unter 6 Monaten nicht angewendet werden. Wamhinhalts: Enth. Sucrose (Saccharose/Zucker). Packungsbeilage beachten! Nicht über 25 °C lagern. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Biologische Heilmittel Heel GmbH, Dr.-Beckweg-Strasse 2-4, 74532 Baden-Baden, www.heel.de

-Heel