



13. Januar 2017

## Erlös der Benefizregatta erreicht erstmals 25.000-Euro-Marke

### Rudern gegen Krebs in Dresden: Spendengelder finanzieren Kochkurse und Sportangebote für Tumorkranke

Die Dresdner Benefiz-Regatta „Rudern gegen Krebs“ sorgte Anfang September 2016 für neue Bestmarken: Mit 92 Teams stiegen noch nie so viele Hobbyteams für die von der Stiftung Leben mit Krebs initiierten Regatta in die Boote und noch nie kam dabei so viel Geld für Krebspatienten jeden Alters zusammen. Darauf sind die Dresden International University, der Sächsische Elbe-Regattaverein e.V. und das Universitätsklinikum Carl Gustav Carus Dresden stolz. Sie organisierten die Veranstaltung in der Landeshauptstadt bereits zum sechsten Mal. Die Erlöse werden am heutigen Freitag (13. Januar) an drei Institutionen übergeben, die damit Projekte für Krebskranke finanzieren. So kann der Sonnenstrahl e.V. Jugendliche nach überwandener Krebserkrankung zu einem WinterAktivCamp einladen, während das Präventions- und Bildungszentrum des Universitäts KrebsCentrums dank der Spendengelder innovative Kochkurse für Krebspatienten sowie ihre Partner veranstaltet. Zudem ermöglichen die Spenden aus der Benefiz-Regatta, dass die Frauenklinik des Universitätsklinikums Dresden Brustkrebsspatientinnen weiterhin kostenlose Yogakurse anbieten kann.

Letztlich waren es 92 Vierer-Teams – zehn mehr als im Vorjahr – die am 3. September in die Vierer-Boote stiegen und in 63 Läufen gegeneinander antraten. Damit trugen insgesamt 368 Hobby-Ruderer dazu bei, dass am Ende des Regattatags eine Spendensumme von 25.000 Euro zusammenkam. Einen wesentlichen Anteil daran hatten die sportlichen Teilnehmer, die mit einem Großteil ihres Startgelds Projekte unterstützen, durch die sich die Lebensqualität von Tumorkrankungen betroffener Menschen spürbar verbessern lassen. Aufgestockt wurden die Startgelder durch weitere Spenden, durch eine auf dem Dresdner Neumarkt gestartete Luftballonaktion sowie den Verkauf von Losen der Regatta-Tombola. Dadurch kamen allein 3.325 Euro zusammen.

„Mich freut besonders, dass sich das Engagement der Dresdner für ‚ihre‘ Benefizregatta von Jahr zu Jahr steigert. Sichtbares Zeichen sind die 25.000 Euro, die

Universitätsklinikum  
Carl Gustav Carus Dresden  
an der Technischen  
Universität Dresden  
Anstalt des öffentlichen Rechts  
des Freistaates Sachsen

[www.uniklinikum-dresden.de](http://www.uniklinikum-dresden.de)  
[www.facebook.com/ukdresden](https://www.facebook.com/ukdresden)  
[www.twitter.com/medizin\\_tud](https://www.twitter.com/medizin_tud)

Pressestelle:  
Holger Ostermeyer  
Telefon 0351 458 41 62  
Mobil: 0162 255 08 99  
Fax 0351 458 88 41 62  
E-Mail: [pressestelle@uniklinikum-dresden.de](mailto:pressestelle@uniklinikum-dresden.de)

Postanschrift:  
01304 Dresden

Besucheranschrift:  
Fetscherstraße 74  
01307 Dresden  
Haus 1, Zimmer 212



**BESTE KLINIK SACHSENS**  
**3. PLATZ IN DEUTSCHLAND**

**Die Dresdner.**  
**Spitzenmedizin.**



die Stiftung heute übergibt. Dabei will ich aber nicht die großartige Unterstützung der Rudervereine im Sächsischen Elbe-Regattaverein vergessen, die von Anfang an mit mehr als 100 Rudersportlern die Veranstaltung ehrenamtlich als Trainer, Betreuer und Organisatoren unterstützen. Sie tragen damit wesentlich zum Erfolg des Wettbewerbs bei. Dafür möchte ich mich an dieser Stelle ganz besonders bedanken“, sagt Klaus Schrott, Vorsitzender des Vorstands der Stiftung Leben mit Krebs. „Die Erfolgsgeschichte der Dresdner Ausgabe von ‚Rudern gegen Krebs‘ beeindruckt uns jedes Jahr wieder. Damit bewahrheitet sich unsere Einschätzung der ersten Stunde, dass die Stadt ein idealer Austragungsort für die Benefizregatta ist. Mit der durch das Herz der Stadt fließenden Elbe, mit begeisterungsfähigen und selbstlosen Rudersportlern und mit der von den Einwohnern offen gezeigten Empathie für Krebskranke verfügt Dresden über die besten Zutaten für diese besondere Regatta“, sagen Dr. Reinhard Kretzschmar, Geschäftsführer der Dresden International University (DIU) und Prof. Michael Albrecht, Medizinischer Vorstand des Uniklinikums. Gemeinsam hatten sie sich vor mehr als sechs Jahren dafür stark gemacht, dass „Rudern gegen Krebs“ auch in der sächsischen Landeshauptstadt stattfindet.

## **Universitäts KrebsCentrum animiert zu gesundem und ausgewogenem Essen**

Mit dem Dresdner Uniklinikum und dem Universitäts KrebsCentrum (UCC) / Nationales Centrum für Tumorerkrankungen Dresden (NCT) findet die Stiftung Leben mit Krebs – dem Initiator der in ganz Deutschland stattfindenden Benefizregatten – einen natürlichen Partner: „Prävention und Aufklärung zum Gesundheitsverhalten sind ein wichtiger Bestandteil unserer Arbeit am Universitäts KrebsCentrum, denn so können wir der steigenden Zahl der Tumorerkrankungen entgegenwirken und die Lebensqualität von Krebspatienten weiter verbessern“, sagt UCC-Direktor Prof. Gerhard Ehninger. „Und gerade nach einer Krebsdiagnose ist der Wunsch, selbst etwas für die eigene Gesundheit zu tun, sehr groß. Eine aktuelle Studie verdeutlicht die Bedeutsamkeit des Ernährungsverhaltens für die Gesundheit von Krebspatienten. Um Patienten dabei zu unterstützen, sich gesünder als bisher zu ernähren, bieten wir am UCC das ‚Aktiv in der Nachsorge‘-Programm an.“ Bei diesem Angebot geht es darum, Strategien für eine langfristig gesunde Ernährung im Alltag zu vermitteln, aber auch gemeinsam zu kochen und zu genießen. Die jetzt übergebene Spende trägt dazu bei, über das ganze Jahr verteilt die aus jeweils vier Veranstaltungen bestehenden Kurse kostenlos anzubieten. Sie richten sich an Patientinnen und Patienten nach abgeschlossener Krebstherapie, die sich in der Nachsorge befinden. Das Konzept setzt darauf, dass die Betroffenen die Kursabende gemeinsam

mit einem Kochpartner durchlaufen, um sich später im Alltag gegenseitig zu motivieren und inspirieren. Ziel des „Aktiv in der Nachsorge“-Ernährungsprogramms ist es, die Teilnehmer darin zu unterstützen, sich abwechslungsreicher, gesünder und genussvoller zu ernähren. In den Kursen geht es deshalb nicht nur darum, einen neuen Zugang zu Lebensmitteln und deren Zubereitung zu finden, sondern auch Anstöße zu liefern, den Ernährungsstil Schritt für Schritt auf den Prüfstand zu stellen und gegebenenfalls zu ändern.

## **WinterAktivCamp stärkt Körper und das Selbstwertgefühl Jugendlicher**

Ein mittlerer vierstelliger Betrag aus dem Spendenerlös der Benefizregatta steht dem Sonnenstrahl e.V. für ein einwöchiges WinterAktivCamp im Erzgebirge zur Verfügung. In der zweiten Februarwoche werden 14 Jugendliche, die ihre Krebserkrankung besiegt haben, nach Johanngeorgenstadt fahren. „Es ist großartig, dass wir dank der Spenden das Wintercamp für die ehemaligen Patienten anbieten können! Die Jugendlichen werden dabei nicht nur Skifahren lernen und üben, sondern auch ihre Körper und ihr Selbstwertgefühl stärken. Und darüber hinaus können sie in der Gruppe tolle Gemeinschaft erleben“, sagt Antje Herrmann, Geschäftsführerin des Sonnenstrahl e.V..

## **Therapeutisches Yoga für Krebspatientinnen – gut für Körper und Seele**

Gut ein Drittel der Dresdner Erlöse aus der 2016er Benefiz-Regatta fließen in das Angebot der Kurse „Therapeutisches Yoga für Brustkrebspatientinnen“, das damit in diesem Jahr fortgesetzt werden kann. In kleinen Gruppen von maximal zehn Teilnehmerinnen absolvieren die Frauen wöchentlich eine 90-minütige Übungseinheit. Dabei haben sie bei den über zehn Wochen laufenden Kursen die Wahl zwischen Vormittags- und Nachmittagsterminen. „Im Fall des Mammakarzinoms ist wissenschaftlich belegt, dass Patientinnen, die regelmäßig Sport treiben, das Überleben Ihrer Tumorerkrankung signifikant beeinflussen können“, sagt Prof. Pauline Wimberger, Direktorin der Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe am Dresdner Uniklinikum. Auch kann Yoga im Rahmen der Tumorbehandlung dazu beitragen, die Symptome von Therapie und Erkrankung zu reduzieren. Dies sind unter anderem Erschöpfung, Übelkeit, Schlafstörungen und eine beeinträchtigte körperliche Verfassung. Neben den physischen Effekten wirken sich diese Aktivitäten auch positiv auf die Psyche aus: „Weil die Patienten die Übungen in der Gruppe absolvieren, kommen sie leichter in kontinuierlichen Kontakt mit anderen Tumorkranken. In diesem Rahmen fällt es ihnen leichter, sich mit Menschen austauschen, welche von derselben Krankheit betroffen sind. – Sie empfinden weniger Scham und fühlen sich besser verstanden“, führt Prof.



Wimberger weiter aus. Deshalb spielen regelmäßige körperliche Aktivitäten wie therapeutisches Yoga eine wichtige Rolle im Genesungsprozess. Sie geben den Frauen Vertrauen in den eigenen Körper zurück und stärken sie darin, ganzheitlich mit ihrer Erkrankung umzugehen.

## **Statement Klaus Schrott, Stiftung Leben mit Krebs:**

„Der Kampf gegen Krebs ist nur durch eine Teamleistung ‚in einem Boot‘ möglich und erfolgreich. Deshalb freuen wir uns, dass unsere Initiative von Anfang an auf eine so breite Beteiligung in Dresden gestoßen ist. Die Stiftung verfolgt mit ihren seit 2005 bundesweit ausgerichteten Benefizregatten das Ziel, therapieunterstützende Projekte bundesweit zu fördern. Durch die Erlöse der Regatten kann Krebspatienten auf ganz besondere Weise geholfen werden: ihr Leben wird lebenswerter“, sagt Klaus Schrott, Vorsitzender des Vorstands der Stiftung Leben mit Krebs.

## **Statement Dr. Reinhard Kretzschmar, Dresden International University**

„In einer Reihe von Bachelor- und Masterstudiengängen, insbesondere auf dem Gebiet der Palliativmedizin, beschäftigt sich die Dresden International University intensiv mit Krebserkrankungen und deren Folgen für die Betroffenen. Der Charakter der berufsbegleitenden Studiengänge bringt es mit sich, viele Dimensionen dieses breitgefächerten Leidens kennenzulernen. Und obgleich Krebs keine Nischenerkrankung ist, fehlt es noch oft an Aufmerksamkeit und Teilnahme durch eine aufgeklärte Öffentlichkeit“, sagt Dr. Reinhard Kretzschmar, Geschäftsführer der Dresden International University (DIU): „Um hier zu informieren und zu sensibilisieren, ist Sport bekanntermaßen ein ideales Instrument. Denn Sport begeistert, fasziniert und motiviert. So ist es für uns keine Frage gewesen, die Aktion ‚Rudern gegen Krebs‘ zu unterstützen. Und wir freuen uns sehr, dass es uns gemeinsam mit dem Uniklinikum und dem Sächsischen Elbe-Regattaverein jährlich gelingt, die Benefizregatta nach Dresden zu holen. Nicht allein die finanzielle Unterstützung der Partner ist dabei wichtig, vielmehr möchten wir durch unseren aktiven Einsatz bei der Organisation und mit unseren DIU-Ruderteams zeigen, welche Bedeutung der Umgang mit dieser Krankheit für uns hat.“

## **Links**

[www.rudern-gegen-krebs.de](http://www.rudern-gegen-krebs.de)

[www.uniklinikum-dresden.de](http://www.uniklinikum-dresden.de)

[www.sonnenstrahl-ev.org](http://www.sonnenstrahl-ev.org)

[www.di-uni.de](http://www.di-uni.de)



## Weitergehende Informationen

Aktuelle Studie zur Bedeutung des Ernährungsverhaltens für die Gesundheit von Krebspatienten: *Schwedhelm et al., 2016, Effect of diet on mortality and cancer recurrence among cancer survivors: a systematic review and meta-analysis of cohort studies. Nutrition Reviews, Vol. 74(12): 737-748*  
(<http://dx.doi.org/10.1093/nutrit/nuw045>)

## Anmeldungen für die Kurse im Universitätsklinikum

**Therapeutisches Yoga für Brustkrebspatientinnen:** Interessierte können sich ab sofort per E-Mail unter [Yogakurs.Brustzentrum@uniklinikum-dresden.de](mailto:Yogakurs.Brustzentrum@uniklinikum-dresden.de) oder telefonisch unter der 0351 458 4526 anmelden.

**„Aktiv in der Nachsorge“-Ernährungsprogramm:** Die Kurse richten sich an Patientinnen und Patienten nach abgeschlossener Krebstherapie, die sich in der Nachsorge befinden. Sie können sich anmelden unter Telefon 0351 458-7447, per E-Mail [praeventionszentrum@krebszentrum.de](mailto:praeventionszentrum@krebszentrum.de) oder postalisch an Universitätsklinikum Carl Gustav Carus, Präventions- und Bildungszentrum des Universitäts KrebsCentrums Dresden, 01304 Dresden).

## Kontakte

### Stiftung Leben mit Krebs

Projektkoordinator

Stefan Grünewald-Fischer

Tel.: 0171 / 315 3458

E-Mail: [info@stiftung-leben-mit-krebs.de](mailto:info@stiftung-leben-mit-krebs.de)

### Universitätsklinikum Dresden

Pressesprecher

Holger Ostermeyer

0351 / 458 41 62

[pressestelle@uniklinikum-dresden.de](mailto:pressestelle@uniklinikum-dresden.de)

### Sonnenstrahl e.V. Dresden

Förderkreis für krebskranke Kinder und Jugendliche

Geschäftsführerin

Antje Herrmann

Tel.: 0351 / 815 83 900

E-Mail: [A.Herrmann@sonnenstrahl-ev.org](mailto:A.Herrmann@sonnenstrahl-ev.org)