



Acht laufbegeisterte Frauen gründeten am 14.03.2015 in Homburg-Kirrberg den Verein „Miteinander gegen Krebs e.V.“. **Zielsetzung ist die Verhütung und Bekämpfung von Krebserkrankungen, insbesondere auch Maßnahmen und Hilfen für Krebserkrankte. Unser Verein ist vom Finanzamt Homburg als gemeinnützig anerkannt.**

Um unsere Vereinsziele zu realisieren, organisieren wir seit 2015 jährlich den Benefiz-Lauf „Cross against Cancer“ rund um das Homburger Waldstadion. **Der Erlös wird an eine Organisation oder Institution gespendet, die sich mit dem Thema Krebs beschäftigt.**

Unsere Veranstaltung „Cross against Cancer“ soll auf die Thematik Krebs in der Bevölkerung aufmerksam machen. Wir möchten dazu beitragen, dass Berührungsängste gegenüber an Krebs erkrankten Menschen durch deren Integration abgebaut werden. Daher bieten wir unterschiedliche Laufstrecken und Stadionrunden bei dem Event an, um sowohl sportlich ambitionierte Läufer, Hobbysportler, als auch Angehörige und Betroffene anzusprechen. Wir wollen auf die Wichtigkeit des Themas Sport als Begleittherapie der Krebserkrankung hinweisen und deshalb Betroffene motivieren an unserem Lauf teilzunehmen und weiterhin Sport zu treiben.

Seit 2016 findet daher auch im Vorfeld des Laufs ein vorbereitendes Lauftraining in Kooperation mit der Laufschule Saarpfalz statt. Unter dem Titel „von null auf fünf“ wollen wir hier vor allem Betroffene, Genesene, (Wieder-) Einsteiger motivieren, mit professioneller Hilfe auf einen Start beim „Cross against Cancer“ hinzuarbeiten.

Aus den ersten drei Auflagen resultierte eine Spendensumme in einer Gesamthöhe von rund 38.000 Euro, die an die Saarländische Krebsgesellschaft zur **Finanzierung der psycho-onkologischen Beratung von Betroffenen und deren Angehörigen** übergeben wurde.

Im Jahr 2019 erzielte der Spendenlauf eine Summe von 30.000,00 Euro, die wir zur **Finanzierung der "Begyn-Studie"** der gynäkologischen Fachabteilung der Universitätsklinik Homburg unter der Leitung von Herrn Professor E. Solomayer zur Verfügung gestellt haben.

Die Studie soll die Auswirkungen von Bewegung und sportlicher Aktivität bei gynäkologischen Krebspatientinnen auf Lebensqualität, Körperempfindungen, psychologischem Wohlbefinden und prognoserelevante Biomarker untersuchen.

Die Ärzte wollen herausfinden, welchen Einfluss unterschiedliche Variablen wie z.B. die Anbindung der Teilnehmerinnen an eine Sportgruppe, psychische Gesundheit, Gewicht, Fitness, individuelles Wohlbefinden auf die Studienziele haben.

Die Patientinnen unterziehen sich in regelmäßigen Abständen körperlicher und psychischer Untersuchungen, um im Verlauf eine Veränderung der Parameter festzustellen. Dabei wird die allgemeine körperliche Gesundheit (Fitness-Test, Körpergewicht, Blutdruck, Glukosestoffwechsel und Fettstoffwechsel, als auch die Körperzusammensetzung (Körperfettanteil, Muskelmasse etc.) sowie prognoserelevante Biomarker im Labor (Untersuchung der Blutwerte auf Leukozytenzahlen, Tumormarker, Leber- und Nierenwerte etc.) in regelmäßigen Abständen untersucht.

Die Lebensqualität und das Psychosoziale Outcome werden mit verschiedenen Instrumentarien aus dem Psychologischen Bereich in Form von Fragebögen gemessen. Dabei bedient man sich diverser evaluierter Testverfahren, um die Lebensqualität abzufragen. Ebenso steht die Depression, Angststörung und Fatigue im Fokus der Studie.

All diese Faktoren sollen die Therapieadhärenz und Durchführbarkeit der onkologischen Therapie (endokrine Therapie, Chemotherapie usw.) unter der Bewegung evaluieren.

In die Studie können Frauen ab 18 Jahren mit einer gynäkologischen Krebserkrankung, die sich an der Universitäts-Frauenklinik Homburg in Behandlung befinden, eingeschlossen werden.

Seit 2016 gibt es auch eine Vortragsreihe unter dem Titel "**Fragen an die Experten**", die wir jährlich im März veranstalten. Hier referieren Ärzte jeweils zu Themen rund um die Erkrankung, bislang über Strahlen- oder Chemotherapie, zum Thema Brust- und im Jahr 2019 über Hautkrebs.

Im Januar 2018 wurde die „**Selbsthilfegruppe Brustkrebs Saarpfalz**“ von unserem Verein ins Leben gerufen; seither treffen sich einmal im Monat Betroffene zum Austausch.

Die bisherigen Veranstaltungen waren alle sehr erfolgreich und Gespräche mit vielen Teilnehmern zeigen uns, dass wir auf dem richtigen Weg sind. Dies gibt uns die Energie und den Enthusiasmus weiterhin solche Veranstaltungen zu organisieren und neue Ideen zu verwirklichen.

Auch für Einzelschicksale sehen wir uns als Ansprechpartner, sei es zur finanziellen oder sonstigen Unterstützung.

Homburg, im Mai 2019
Miteinander gegen Krebs e.V.