

Deutsche Sporthochschule – Institut für Rehabilitation und Behindertensport

Gegründet wurde das heutige Institut für Rehabilitation und Behindertensport der Deutschen Sporthochschule Köln in den 60er Jahren als *Seminar für Rehabilitation*. Der Schwerpunkt lag auf Forschung und Lehre im Bereich des klassischen Versehrten- und Behindertensports.

Im Laufe der Jahre änderten sich die Schwerpunkte jedoch: Heute forschen und lehren die Mitarbeiter des Instituts für Rehabilitation und Behindertensport im Bereich der betrieblichen Gesundheitsförderung sowie der Prävention und Rehabilitation von akuten und chronischen Erkrankungen. Dazu zählen insbesondere orthopädische Krankheitsbilder, psychosomatische, psychiatrische und Suchterkrankungen sowie neurologische und innere Erkrankungen. Dabei widmen sich die Mitarbeiter vor allem der klinischen und beruflichen Rehabilitation z.B. nach Verletzungen des Stütz- und Bewegungsapparates, Einsatz von künstlichen Hüft- und Kniegelenken, Schlaganfall, bei Rheuma, Arthrose, Krebs sowie Sucht- und anderen psychischen Erkrankungen. Wie lassen sich solche Erkrankungen vermeiden, und wie lassen sie sich therapieren?

Dies sind Fragen, mit denen sich das Institut vor einem bewegungs- und sporttherapeutischen Hintergrund beschäftigt. Immer verfolgen sie dabei einen *ganzheitlichen Ansatz*, d.h. auch ggf. krankheitsauslösende Lebensumstände und psychologische Faktoren finden ihre Berücksichtigung. Ein interdisziplinäres Team aus Sportwissenschaftlern, Medizinern, Sportpädagogen, Psychologen und Sozialwissenschaftlern forscht und arbeitet Hand in Hand mit dem Ziel, Krankheiten zu vermeiden und Betroffene möglichst schnell wieder in ihren Alltag und die Gesellschaft zurückzuführen.

Ein noch junges Forschungsprojekt ist der Einfluss von Bewegung auf das Immunsystem bei Krebserkrankungen. In den 90er Jahren fand eine multizentrische Pilotstudie in Zusammenarbeit mit der Uniklinik Köln statt, in der 49 Brustkrebs-Patientinnen ein siebenmonatiges Ausdauertraining absolvierten. Es zeigte sich, dass sich nicht nur die Leistungsfähigkeit verbessert, sondern auch die natürlichen Abwehrmechanismen gestärkt wurden.