Schweizerische Ärztezeitung

Schweizerische Ärztezeitung
Reach: -
AÄW: -
Verbreitung: -
Seiten: 46-48

Datum: 03.11.2026
Autoren: Anastasios Manettas, Nicola Greco
Rubrik: 2. USZ Fachmedien



Onkologie

Bewegungstherapie als Behandlungsstandard

Die European Society for Medical Oncology (ESMO) und die American Society of Clinical Oncology (ASCO) empfehlen strukturierte Bewegungstherapie in der Onkologie. Cancer Move Continuum Schweiz schafft deshalb wohnortnahe Versorgungsstrukturen.



Anastasios Manettas
PhD, Physiotherapeut, Physio- und Ergotherapie Universitätsspital Zürich, Wissenschaftliche Leitung CMCS, Comprehensive Cancer Center Zürich



Nicola Greco
Physiotherapeut, Physio- und Ergotherapie Universitätsspital Zürich, Projektleiter CMCS, Comprehensive Cancer Center Zürich

Mit dem «ESMO Clinical Practice Guideline Express Update» zur Bewegungstherapie [1] bei lokalisiertem Darmkrebs und den eindrücklichen Resultaten der CHALLENGE-Studie [2] wird die Evidenz für körperliches Training in der Onkologie immer eindeutiger. Damit wird die bereits 2022 publizierte ASCO-Guideline zu Bewegung, Ernährung und Gewichtsmanagement [3] während der Krebsbehandlung, die den vielfältigen Nutzen von Training für Patientinnen, Patienten und Survivors aufzeigt, um einen konkreten, tumorentitätsspezifischen Wirksamkeitsnachweis erweitert. Die zentrale Herausforderung im Schweizer Praxisalltag bleibt jedoch: Wie bringen wir die Erkenntnisse dieser Leitlinien flächendeckend und qualitätsgesichert zu den Patientinnen und Patienten?

Neue Evidenz, neue Leitlinie

Die randomisierte Phase-III-Studie CHALLENGE untersuchte an 889 Patientinnen und Patienten mit reseziertem Stadium-3- oder Hochrisiko-Stadium-2-

CMCS schliesst die Lücke zwischen Zentrumsspital und Wohnzimmer



Abbildung 1: Das Netzwerk verbindet mittlerweile sieben Partnerspitäler und deren Tumorzentren mit einem wachsenden Netzwerk zertifizierter Physiotherapiepraxen.

pressrelations
041 531 22 15
mail@pressrelations.ch
www.pressrelations.ch

Darmkrebs den Effekt eines dreijährigen, verhaltenstherapeutisch begleiteten Bewegungsprogramms nach abgeschlossener adjuvanter Chemotherapie [2]. Nach median 7,9 Jahren Nachbeobachtung zeigte sich ein signifikant längeres krankheitsfreies Überleben in der Trainingsgruppe sowie ein Vorteil im Gesamtüberleben [2]. Damit liegt erstmals ein kausaler Wirksamkeitsnachweis für Bewegung als onkologische Therapie und nicht nur als supportive Massnahme vor. Eine begleitende Kosten-Nutzen-Analyse zeigte zudem, dass das Trainingsprogramm gegenüber der reinen Gesundheitsberatung sowohl kostengünstiger als auch wirksamer war [4]. Auf Basis dieser Datenlage hat die ESMO ihre Leitlinie zum lokalisierten Darmkrebs im Januar 2026 mit einem «Express Update» ergänzt: Für Patientinnen und Patienten mit Stadium-3- oder Hochrisiko-Stadium-2-Darmkrebs wird die Teilnahme an einem strukturierten Bewegungsprogramm nach adjuvanter Chemotherapie neu explizit empfohlen [1].

In der Schweiz hat bis vor Kurzem eine einheitliche, wohnortnahe Versorgungsstruktur für onkologische Bewegungstherapie gefehlt.

Wie CMCS funktioniert

Cancer Move Continuum Schweiz (CMCS) schliesst die Lücke zwischen Zentrumsspital und dem Wohnzimmer der Betroffenen (Abb. 1). Das Netzwerk verbindet mittlerweile sieben Partnerspitäler und deren Tumorzentren – Universitätsspital Zürich, Universitätsklinik Balgrist, Inselspital Bern, Universitätsspital Basel, Luzerner Kantonsspital, Kantonsspital Winterthur und HOCH Health Ostschweiz – mit einem wachsenden Netzwerk zertifizierter Physiotherapiepraxen (Abb. 1). Seit Januar 2025 werden Patientinnen und Patienten in 17 Kantonen nach dem CMCS-Therapiekonzept behandelt. Der Behandlungspfad folgt fünf standardisierten Schritten (Abbildung 2): Die Ärztin oder der Arzt verordnet die Bewegungstherapie nach CMCS-Standard, es folgt ein therapeutisches Assessment in einer Partnerinstitution, die individualisierte Trainingsverschreibung über das CMCS-Portal, die Zuweisung an eine zertifizierte Netzwerkpraxis in Wohn- oder Arbeitsortnähe sowie ein bis 18-wöchiges, supervidiertes Kraft-, Ausdauer- und sensomotorisches Training mit 26 bis 36 Sitzungen. Die Kosten werden von der obligatorischen Krankenpflegeversicherung analog zur herkömmlichen Physiotherapie übernommen.

> Bewegung ist eine Behandlung bei Darmkrebs – keine reine Zusatzmassnahme.

Nutzen für Zuweisende und Betroffene

Für Zuweiserinnen und Zuweiser ergeben sich daraus mehrere Vorteile. Erstens die Leitlinien-Translation in die Praxis: Die ESMO-Vorgaben lassen sich ohne zusätzlichen administrativen Aufwand in bestehende Behandlungspläne integrieren, da CMCS Assessment, Triage und Zuweisung strukturiert übernimmt. Zweitens die interprofessionelle Zusammenarbeit zwischen onkologischen Zentren und ambulanter Physiotherapie, die im Projekt gelebte Praxis ist. Drittens das Patienten-Empowerment: Wohnortnahe Angebote senken die Abbruchquoten, und die gezielte Bewegungstherapie mindert erwiesenermassen therapiebedingte Nebenwirkungen wie Fatigue oder Polyneuropathie, was Behandlungserfolg und Lebensqualität massgeblich steigert. Viertens der gesundheitsökonomische Nutzen: Durch die Reduktion von Nebenwirkungen und potenziellen Rehospitalisierungen leistet das Netzwerk einen Beitrag zur Kosteneffizienz im Schweizer Gesundheitssystem, ein Befund, der sich mit den Ergebnissen der CHALLENGE-Kostenanalyse deckt [4].

Ausblick

Das Ziel von CMCS ist es, Zuweiserinnen und Zuweiser für die neue Evidenzlage zu sensibilisieren und ihnen zu zeigen, wie einfach sich Patientinnen und



Abbildung 2: Von der ärztlichen Verordnung im Tumorzentrum bis zum supervidierten Training in einer zertifizierten Physiotherapiepraxis nahe am Wohn- oder Arbeitsort.

Patienten an das bestehende Netzwerk anbinden lassen. Die Projektlaufzeit reicht bis 2027. Parallel wird an der Skalierung des Netzwerks in weitere Regionen gearbeitet. Angesichts der Datenlage aus CHALLENGE und dem ESMO Express Update ist onkologische Bewegungstherapie längst keine Kür mehr, sondern fester Bestandteil einer leitliniengerechten Nachsorge.

CMCS in Kürze

Cancer Move Continuum Schweiz (CMCS) ist ein von Gesundheitsförderung Schweiz mitfinanziertes Projekt (2024–2027, Gesamtbudget CHF 1,74 Millionen), das vom Universitätsspital Zürich koordiniert wird. Es verbindet sieben Partnerspitäler und ihre Tumorzentren mit einem Netzwerk zertifizierter Physiotherapiepraxen zu einer lückenlosen Versorgungskette. Seit Januar 2025 werden Patientinnen und Patienten in 17 Kantonen nach dem CMCS-Therapiekonzept behandelt. Grundlage ist ein evidenzbasiertes, standardisiertes Behandlungskonzept mit ärztlicher Verordnung, strukturiertem Assessment, individualisierter Trainingsverschreibung und einem 18-wöchigen supervidierten Training. •••

Korrespondenz
nicola.greco@usz.ch
anastasios.manettas@usz.ch

Literatur

1 Pentheroudakis G, et al. ESMO Clinical Practice Guideline Express Update on the adoption of physical exercise in patients with localised colon cancer. ESMO Open. 2026; 11(2): 106019

2 Courneya KS, et al. Structured exercise after adjuvant chemotherapy for colon cancer. N Engl J Med. 2025; 393(1): 13–25

3 Ligibel JA, et al. Exercise, Diet, and Weight Management During Cancer Treatment: ASCO Guideline. J Clin Oncol. 2022; 40(22): 2491–2507

4 Chan KKW, et al. Structured exercise program after adjuvant chemotherapy for colon cancer: a cost-utility analysis of the CHALLENGE trial. J Clin Oncol. 2026; 44(22): 2130–2139