

Digitale Pusterom for kreftpasienter

Trening er viktig for kreftpasientene. Til vanlig kan de trene på sykehusenes Pusterom. Nå er Pusterommene stengt. For å begrense koronasmitte. Derfor har Aktiv mot kreft i dag lansert det digitale Pusterommet Hjemme.

Stiftelsen Aktiv mot kreft har finansiert og åpnet Pusterom ved 16 norske sykehus. Pusterom er treningssentre hvor kreftpasientene får tilpasset trening med kyndig veiledning. På grunn av koronakrisen er Pusterommene stengt.

Digitaliseringsminister Linda Hofstad Helleland synes det er spennende å se hvordan vi på alle fronter finner løsninger for å håndtere koronasituasjonen. Mange av dem digitale.

- Digitale Pusterom til kreftpasienter er et eksempel på hvordan kreativitet og teknologi smelter sammen til gode nye løsninger. Det er jeg veldig glad for. Vi må passe ekstra på kreftpasientene under koronakrisen. Digitale Pusterom bidrar til å opprettholde litt normalitet i denne unormale tiden. Det er i slike situasjoner vi virkelig ser mulighetene i god bruk av god teknologi, sier Helleland.
- Norge digitaliseres i rekordfart i disse korona-tider sier Helleland. Og når vi legger dette bak oss, er jeg helt sikker på at det digitale Pusterommet Hjemme vil fortsette å være et godt supplement til de fysiske Pusterommene på sykehusene, avslutter digitaliseringsminister Helleland.

Over 260.000 av oss lever i dag med kreft eller har tidligere hatt kreft. I løpet av året vil flere enn 30.000 flere få kreftdiagnose.

De fleste som blir smittet av korona-virus får milde luftveissymptomer. Kreftpasienter kan ha risiko for alvorligere sykdom, fordi de ofte har nedsatt immunforsvar på grunn av pågående kreftbehandling. Da blir trening før, under og etter behandling ekstra viktig.

- Fra i dag, 31. mars, tilbyr vi den digitale tjenesten Pusterommet hjemme. Dette er rett og slett treningsøkter i full lengde, spilt inn på Pusterommene. Hver enkelt kan gjøre øvelsene hjemme hos seg selv, uten ekstra utstyr. Det holder med et par gode sko og en PC/pad/mobil. Tjenesten ligger gratis tilgjengelig på våre hjemmesider. Jeg håper så mange som mulig tar den i bruk, sier Helle Aanesen, daglig leder i Aktiv mot kreft.

Om Aktiv mot kreft

Helle Aanesen og Grete Waitz stiftet Aktiv mot kreft i 2007 – blant annet basert på Gretes egne erfaringer som kreftpasient. Stiftelsen jobber for å få trening inn som del av kreftbehandlingen. Aktiv mot kreft etablerer Pusterom, utdanner AKTIVinstruktører og bidrar til forskning innen Exercise Oncology. Tilpasset trening bidrar til å tåle behandlingen bedre, det reduserer mange negative bivirkninger, gir bedre behandlingsresultater, færre senskader og reduserer risiko for følgesykdommer og tilbakefall.