

NEXT

TRENINGSPROGRAM FOR MENN
MED PROSTATAKREFT I
KASTRASJONSBEHANDLING

**HVA KAN NEXT TILBY
DINE PASIENTER?**

HVA ER NEXT?

NEXT er et bredt treningsprogram som retter seg til pasienter med prostatakreft som gjennomgår kastrasjonsbehandling. De som har forutsetninger for å trene bør trene, både for å forbedre det generelle velværet og for å forebygge eventuelle bivirkninger. Derfor må det være enkelt å komme i gang og fortsette med treningen. Alt for at det skal bli en del av den daglige rutinen.

HVORDAN KAN DU OG KOLLEGENE DINE BRUKE NEXT?

NEXT gjør det lettere for leger, sykepleiere og fysioterapeuter å motivere pasientene til å trene på en sikker og effektiv måte. Gjennom kunnskap om helseeffektene av mosjon hos disse pasientene blir dere bedre i stand til å hjelpe dem med å komme i gang med treningsprogrammet og fortsette på egen hånd etter at programmets er slutt.

HVA KAN NEXT TILBY DINE PASIENTER?

Den gjennomgripende tanken med NEXT er å skape en varig, langsiktig treningsrutine som gir pasientene mulighet til å ta kommandoen over sin egen helse.

HVILKEN EVIDENS STØTTER BRUK AV MOSJON SOM AKTIV BEHANDLING?

Menn med fremskreden prostatakreft fortsetter å leve lenger – noe som også betyr lengre eksponering for behandlingsrelater- te bivirkninger.¹ Det finnes sterk vitenskapelig støtte for at mosjon kan lindre bivirkningene av kastrasjonsbehandling.²

De europeiske retningslinjene (EAU Guidelines 2019) anbefaler:²

Recommendations	Strength rating
Offer men on androgen deprivation therapy, twelve weeks of supervised (by trained exercise specialists) combined aerobic and resistance exercise.	Strong

HVEM STÅR BAK INNHOLDET I NEXT?

Materialet er utarbeidet i samarbeid med leger og fysio- terapeuter i de nordiske landene.

Referanser:

1. James ND et al. Eur Urol. 2015;67(6):1028-1038.
2. EAU Guidelines 2019 in Prostate Cancer.

NEXT

I SAMARBEID MED

Peter Busch Østergren
MD, PhD
Department of Urology
Herlev and Gentofte Hospital
Denmark

Anne-Mette Ragle
Physiotherapist
Department of Occupational- and Physiotherapy
Herlev and Gentofte Hospital
Denmark

Mats Börjesson
Professor, Chief Physician
Sahlgrenska University Hospital/Östra &
Institute for neuroscience and physiology & CHP,
Gothenburg University
Sweden

Olof Akre
Professor, Chief physician Urology
Patient area Pelvic Cancer
Theme Cancer
Karolinska University Hospital, Solna
Sweden

Anders Kjellman
MD, PhD, Senior Consultant
Patient Area Pelvic Cancer
Theme Cancer
Karolinska University hospital, Huddinge
Sweden

Markus Aly
Assistant Chief Physician Urology, FEBU, PhD
Patient area Pelvic Cancer
Theme Cancer
Karolinska University Hospital, Solna
Sweden

Andrea Porsrud
Specialist physiotherapist oncology
Patient area Pelvic Cancer
Theme Cancer
Karolinska University Hospital, Solna
Sweden

Astellas Pharma a/s

Kajakvej 2
DK-2770 Kastrup
+45 43 43 03 55
kontakt.dk@astellas.com
www.astellas.dk

Astellas Pharma

Hagaløkkveien 26
NO-1383 Asker
+47 66 76 46 00
kontakt.no@astellas.com
www.astellas.no

Astellas Pharma AB

Box 21046
SE-200 21 Malmö
+46 40 650 15 00
info.se@astellas.com
www.astellas.se

Astellas Pharma

Vaisalantie 2–8
FI-02130 Espoo
+358 9 8560 6000
info.fi@astellas.com
www.astellas.fi

