

NEXT TRÄNINGSPROGRAM FÖR MÄN
MED PROSTATACANCER I
KASTRATIONSBEHANDLING

**VAD KAN NEXT
GE DINA PATIENTER?**

VAD ÄR NEXT?

NEXT är ett brett träningsprogram som riktar sig till patienter med prostatacancer som genomgår kastrationsbehandling. De som har förutsättningar att träna bör träna, både för att förbättra det allmänna välbefinnandet och för att förebygga eventuella biverkningar. Därför måste det vara enkelt att komma igång och att fortsätta med sin träning. Allt för att det ska bli en del av den dagliga rutinen.

HUR KAN DU OCH DINA KOLLEGOR ANVÄNDA NEXT?

NEXT gör det lättare för läkare, sjuksköterskor och fysioterapeuter att motivera sina patienter till att träna på ett säkert och effektivt sätt. Genom kunskap om motionens hälsoeffekter på dessa patienter blir ni bättre rustade att hjälpa dem att komma igång med träningsprogrammet, och sedan fortsätta på egen hand efter programmets slut.

VAD KAN NEXT GE DINA PATIENTER?

Den genomgripande tanken med NEXT är att skapa en hållbar, långsiktig motionsrutin som ger patienterna möjlighet att ta kommandot över sin hälsa.

VILKEN EVIDENS STÖDjer ANVÄNDNING AV MOTION SOM AKTIV BEHANDLING?

Män med avancerad prostatacancer fortsätter att leva längre – vilket också betyder längre exponering för behandlingsrelaterade biverkningar.¹ Det finns starkt vetenskapligt stöd för att motion kan lindra biverkningarna av kastrationsbehandling.²

Europeiska riktlinjer (EAU Guidelines 2019) rekommenderar:²

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

VEM HAR TAGIT FRAM INNEHÅLLET I NEXT?

Materialet har tagits fram i samarbete med läkare och fysioterapeuter från de nordiska länderna.

Referenser:

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

I SAMARBETE 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

Arne Jacobsens Allé 15
DK-2300 Copenhagen S
+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

Hatsinanpuisto 8
FI-02600 Espoo
+358 9 8560 6000
info.fi@astellas.com
www.astellas.com/fi

