



FACT SHEET

DGYO

Deutsche Gesellschaft für Yoga
in der integrativen Onkologie e.V.



Yoga als therapiebegleitende Maßnahme bei Krebserkrankungen

Wir engagieren uns für den Einsatz von Yoga als komplementärmedizinischem Verfahren in der Onkologie. Ergänzend zur Schulmedizin soll Yoga zu einer ganzheitlichen Behandlung von Krebserkrankungen in Deutschland beitragen.



AKTIVES NEBENWIRKUNGSMANAGEMENT DURCH YOGA BEI KREBSERKRANKUNGEN



Aufklärung und Förderung von Wissenschaft und Forschung

Insbesondere des öffentlichen Gesundheitswesens und der öffentlichen Gesundheitspflege.



Qualitätssicherung

Von therapiebegleitend und als Rehabilitationsmaßnahme im Rahmen einer Krebserkrankung eingesetztem Yoga.



Schaffung, Erhaltung und Prüfung

Von wissenschaftlich fundierten Standards in der Yogalehrer:innen-Ausbildung.

ZIELE



- Ziel der DGYO ist es, höchste Standards für Yoga in der Onkologie zu schaffen, die ein nachhaltiges Nebenwirkungsmanagement ermöglichen und eine verlässliche Orientierung für Therapeuten und Patienten darstellen.
- Um Yoga zu einer festen Säule der komplementären Krebstherapie in Deutschland werden zu lassen, fördert die DGYO Wissenschaft und Forschung zu Yoga bei Krebs und bringt führende Experten unterschiedlicher Fachrichtungen zusammen.

STUDIENLAGE

- **SIO - Society for Integrative Oncology** - Leitlinien zur komplementärmedizinischen Behandlung von Brustkrebs
- **Interdisziplinäre S3-Leitlinie** für die Früherkennung, Diagnostik, Therapie und Nachsorge des Mamma-Karzinoms
- **S3-LEITLINIE - Komplementärmedizin in der Behandlung onkologischer PatientInnen** | Yoga wird seit 2021 offiziell als begleitendes Verfahren in der Krebstherapie empfohlen



SELBSTWIRKAMKEIT UND SYMPTOMVERBESSERUNG

- Yoga ist für Patienten eine wirksame Methode um während der Krebserkrankung selbst aktiv zu werden, Nebenwirkungen der Therapien als weniger belastend zu empfinden und zum eigenen Wohlbefinden beizutragen.
- Für typische Nebenwirkungen wie das Fatigue-Syndrom, Lymphödeme, Neuropathien, etc. können qualifizierte Yogalehrer:innen gezielt Übungssequenzen erstellen. Darüber hinaus können kognitive Funktionen und die Schlafqualität verbessert und die Lebensqualität deutlich erhöht werden.

BENEFIT BEI:

- Fatigue-Syndrom
- Lymphödeme
- Neuropathien
- Kognitive Funktionen
- Schlafqualität
- Lebensqualität

