

VAD HANDLAR FORSKNINGSPROJEKTET OM?

Syftet med Sensi-EX studien är att jämföra effekter av sensorisk vibrationsträning med vanlig styrke- och konditionsträning på neuropatiska symptom som känselbortfall i händer och fötter.

Studien undersöker om man genom specifik träning efter avslutad behandling kan lindra symptom och förbättra välbefinnandet.



VARFÖR UNDERSÖKER VI DET?

Känselbortfall och nedsatt funktion i händer och fötter är vanligt och det leder ofta till svårigheter att återhämta sig efter behandlingen. Vanliga symptom kopplade till neuropati är smärta, förändrad känsel, påverkade reflexer, muskelsvaghet och balansproblem. Symptomen påverkar vardagen och försämrar livskvaliteten.

Om du vill ha ytterligare information eller har frågor om forskningsprojektet kontakta oss.

KONTAKTINFORMATION STUDIETEAM

Vi kan nås mellan 9.00-16.00 (eller lämna ett meddelande så ringer vi upp dig)

T: 08- 123 782 59

E: rorelsegladje.karolinska@regionstockholm.se



Karolinska
Institutet

KAROLINSKA
UNIVERSITETSSJUKHUSET

Karolinska Comprehensive Cancer Center

SENSI- EX STUDIEN

TVÅ OLIKA TRÄNINGSMETODER
FÖR ATT LINDRA NEUROPATISKA
SYMPTOM EFTER BEHANDLING
MED CELLGIFT FÖR
BRÖSTCANCER

VAD INNEBÄR DELTAGANDE I SENSI-EX STUDIEN?

Om du är intresserad av att delta i forskningsstudien så kommer du att lottas till deltagande i en träningsintervention under 12 veckor.

TRÄNINGSGRUPP Styrka-Kondition

Under 12 veckor ledarledd träning 2 gånger i veckan

Träningspassen tar ca 60 minuter och leds av utbildade tränare på Rörelseglädjelabbet Karolinska Universitetssjukhuset i Solna.

Träningspassen innefattar både styrke- och konditionsträning

TRÄNINGSGRUPP Sensorisk vibrationsplatta

Under 12 veckor ledarledd träning 2 gånger i veckan

Träningspassen tar ca 30 minuter och leds av utbildade tränare på Rörelseglädjelabbet Karolinska Universitetssjukhuset i Solna.

Målet är att du skall vara fysisk aktiv ca 150 minuter i veckan

Träningsprogrammen är kostnadsfritt.



TESTER I SAMBAND MED STUDIEN

Vid start av studien samt efter 12 veckor och 6 månader kommer du till studiecentret på Karolinska Universitetssjukhuset, Solna för mätningar.

Besöket innefattar tester av din fysiska kondition och styrka, samt ifyllande av frågeformulär om ditt välbefinnande, fysisk aktivitet, och eventuella symptom du upplever.

VILKA SÖKER VI?

- Personer som har genomgått och avslutat behandling på Karolinska Universitetssjukhuset för bröstcancer för mins 3 månader sedan med neuropatiska symptom **OCH** som idag tränar mindre än 150 minuter måttligt fysisk aktivitet och två styrketräningspass i veckan.
- Du behöver kunna läsa och förstå svenska.

Kontakta oss om du är intresserad av att delta i forskningsprojektet.

Vi kan nås mellan 9.00-16.00 (eller lämna ett meddelande så ringer vi upp dig)

T: 08- 123 782 59

E: rorelsegladje.karolinska@regionstockholm.se