

Teilnehmende für Post-COVID-Studie gesucht

UKS und DHfPG untersuchen die Auswirkungen körperlichen Trainings auf ausgewählte Post-COVID-Symptome

Das Universitätsklinikum des Saarlandes (UKS) und die Deutsche Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement (DHfPG) starten ab Mitte März in Kooperation mit dem saarländischen Gesundheitsministerium und dem Verein für Prävention und Gesundheit im Saarland (PuGiS) e. V. eine gemeinsame wissenschaftliche Studie. In diesem Rahmen untersucht das Forschungsteam um Studienleiter Prof. Dr. med. Johannes Jäger (Universität des Saarlandes) die Effekte eines achtwöchigen individualisierten Fitnessstrainings auf Post-COVID-Fatigue sowie die gesundheitsbezogene Lebensqualität. Dafür werden 200 Post-COVID-Betroffene gesucht, die über acht Wochen unter professioneller Anleitung ein kostenfreies kombiniertes Kraft- und Ausdauertraining in einer ausgewählten saarländischen Fitness- und Gesundheitseinrichtung in ihrer Nähe absolvieren. Der Saarländische Hausärzteverband unterstützt die Untersuchung bei der Rekrutierung geeigneter Probanden. Die Ergebnisse der Studie sollen wichtige Erkenntnisse für die verbesserte Behandlung von Post-COVID-Betroffenen durch körperliches Training liefern. Die Anmeldung zur Studie ist ab sofort möglich.

Als Post COVID bezeichnet man die Langzeitfolgen nach einer Ansteckung mit dem Coronavirus. Bei etwa 10 Prozent aller COVID-Infizierten bestehen auch Wochen und Monate nach der Akutphase gesundheitliche Beschwerden mit eingeschränkten Organfunktionen, psychischen Folgeproblemen oder anhaltender Erschöpfung, verbunden mit einer eingeschränkten körperlichen Belastbarkeit. Wirksame Behandlungsmöglichkeiten für das heterogene Beschwerdebild von Post-COVID-Betroffenen gibt es aktuell noch nicht, weshalb der Forschungsbedarf hier enorm ist. Allerdings gibt es Hinweise darauf, dass die Erhöhung der körperlichen Aktivität durch gezieltes Training verschiedene Langzeitsymptome lindern kann, was nun im Rahmen einer wissenschaftlichen Studie untersucht werden soll.

Mitmachen und etwas bewegen

Freiwillige, die sich für die Teilnahme an der Studie melden, haben die Chance, unter professioneller Anleitung aktiv etwas für die Linderung ihrer Symptome zu tun und damit die eigene Lebensqualität wieder zu steigern. Darüber hinaus leisten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer einen wesentlichen Beitrag zur Erforschung von Therapiemöglichkeiten. Die Studienergebnisse, die auch in wissenschaftlichen Fachmagazinen veröffentlicht werden, sollen Post-COVID-Betroffenen Empfehlungen für eine bessere Krankheitsbewältigung liefern.

Wie ist die Studie aufgebaut?

Die wissenschaftliche Untersuchung wird von Prof. Dr. med. Johannes Jäger unter Beratung und Mitbetreuung von Sanitätsrat Dr. med. Jürgen Rissland (UKS) sowie

den Sportwissenschaftlern der DHfPG Prof. Dr. phil. Arne Morsch und Prof. Dr. phil. Markus Wanjek durchgeführt. Die Studienteilnehmenden erhalten acht Wochen lang ein kostenfreies individualisiertes Fitnessstraining in einer ausgewählten saarländischen Fitness- und Gesundheitseinrichtung in ihrer Nähe. Dabei sind zwei bis drei Kraft- bzw. Ausdauertrainingseinheiten pro Woche vorgesehen. Ein Teil der Teilnehmerinnen und Teilnehmern wird unmittelbar mit dem Training starten, wohingegen eine zweite Gruppe nach einer achtwöchigen Wartephase das identische Trainingsprogramm absolviert. Damit die Studienverantwortlichen valide Daten erhalten, werden allen Teilnehmenden Fitnessarmbänder zur Verfügung gestellt, die die Aktivitäts-, Stress- und Schlafdaten dokumentieren. Alle Daten werden gemäß aktuell gültiger Datenschutzregularien behandelt; personenbezogene Daten werden verschlüsselt und nicht an Unbefugte weitergegeben. Inklusive Test- und Eingewöhnungsphase beträgt die Studiendauer insgesamt elf Wochen.

So können Interessierte teilnehmen

Aktuell werden zur Durchführung der Studie 200 Teilnehmerinnen und Teilnehmer gesucht. Interessierte müssen spezifische Voraussetzungen erfüllen, um zu der Studie zugelassen zu werden. Unter anderem können nur Personen teilnehmen, deren COVID-Infektion länger als zwölf Wochen zurückliegt. Zudem dürfen sie in den letzten drei Monaten kein regelmäßiges körperliches Training absolviert haben. Sofern alle Voraussetzungen zum Einschluss erfüllt sind, muss vor dem Studienstart eine ärztliche Bescheinigung über die Sporttauglichkeit vorgelegt werden.

Bei Interesse an einer Studienteilnahme informieren und registrieren Sie sich bitte zunächst unter www.covidsaar.de. Auf dieser Webseite erhalten Sie alle erforderlichen Informationen.

Sofern Sie hierzu keine Möglichkeit haben, steht Ihnen am heutigen Samstag sowie montags bis freitags zwischen 8 und 17 Uhr eine Telefonauskunft unter 0681 6855 457 zur Verfügung.

Pressekontakt

Annabelle Barthel

Deutsche Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement (DHfPG)

Tel.: 0681 6855 186

presse@dhfpg.de