

Nr. 100/2017

Magdeburg, 17.10.2017

TANZSCHRITT ODER ERGOMETER?

Probanden für Studie zu Strategien gegen Leistungsabfall im Alter gesucht

Laut Demenzreport 2011 sind in Deutschland etwa 1,3 Millionen Menschen an Demenz erkrankt und bis zum Jahr 2050 wird sich diese Zahl voraussichtlich mehr als verdoppeln. Im Rahmen eines gemeinsamen Forschungsprojekts der Otto-von-Guericke-Universität Magdeburg und des Deutschen Zentrums für Neurodegenerative Erkrankungen DZNE wollen Sport- und Neurowissenschaftler nun untersuchen, welche Übungsprogramme den größten Effekt auf die körperliche und geistige Fitness im Alter haben und wie sich wiederum fehlende körperliche Aktivität auf den Alterungsprozess auswirkt.

In einer langangelegten Studie vergleichen sie die Wirkung von Tanzprogrammen in der Gemeinschaft mit individuell gestalteten Fitnessprogrammen und untersuchen deren Einfluss auf physische und kognitive Fähigkeiten.

„Es gilt als gesichert, dass im Alter die Gefahr, an Demenz zu erkranken, exponentiell ansteigt“, so Prof. Anita Hökelmann vom Institut für Sportwissenschaft der Universität Magdeburg. „Daher sollten wesentliche kognitive Funktionen sowie Kompetenzen der Bewegungskoordination möglichst bis ins hohe Alter trainiert werden. In unserer Studie wollen wir nun geeignete Strategien dafür entwickeln.“

Dazu werden Probandinnen und Probanden ab einem Alter von 60 Jahren gesucht. Zum einen welche, die keinen regelmäßigen Sport treiben und nur sporadisch körperlich aktiv sind, zum anderen solche, die seit mindestens drei Jahren aktiv Tanzsport betreiben. Ausgeschlossen davon sind Träger von Metallimplantaten (Herzschrittmacher, Knie-TEP, Hüft-TEP, Zahnschrauben), Tätowierungen, Patienten mit Tinnitus, Platzangst oder solche, die Medikamente gegen Depressionen, Epilepsie und Demenz einnehmen.

Um den aktuellen Gesundheits- und Leistungszustand zu erfassen, werden verschiedene Messungen und Tests durchgeführt. Sie finden sowohl im Institut für Sportwissenschaft (Universität Magdeburg, Zschokkestraße 32, Gebäude 40) als auch im DZNE (Mediziner-campus, Leipziger Straße 44, Haus 64) statt.

1/2

Für die Teilnahme an der Studie gibt es sowohl eine Vergütung als auch eine individuelle Auswertung der körperlichen und kognitiven Leistungsstärke.

Für mehr Informationen steht im Institut für Sportwissenschaft **Mandy Knoll** zur Verfügung. Sie ist telefonisch unter +49 391 67-54866 oder 0174 6185541 und per E-Mail an mandy.knoll@ovgu.de zu erreichen.

Kontakt für die Medien: Prof. Anita Hökelmann, Institut für Sportwissenschaft der Universität Magdeburg, Tel.: +49 391 67-54866, E-Mail: anita.hoekelmann@ovgu.de