

Press release**Hochschule für Gesundheit****Dr. Christiane Krüger**

10/30/2020

<http://idw-online.de/en/news756840>Research projects
Medicine, Nutrition / healthcare / nursing, Sport science
regional**Frauen ab 60 Jahren für Forschungsprojekt zum Bewegungsverhalten gesucht****Im Forschungsprojekt ‚körperliche Aktivität bei Frauen über 60 Jahre mit kardialem Risiko oder kardialer Erkrankung (KAREN6o+)‘, also mit einer Krankheit des Herzens, wird das alltägliche Bewegungsverhalten von Frauen ab 60 Jahren untersucht.**

Dafür sucht das Projektteam aus dem Studiengang Physiotherapie der Hochschule für Gesundheit (hsg Bochum) Frauen, die Interesse haben, im Abstand von zwei bis drei Monaten zweimal einen Aktivitätstracker für jeweils zehn Tage in ihrem Alltag zu tragen.

Alina Rieckmann, Doktorandin und wissenschaftliche Mitarbeiterin im Studienbereich Physiotherapie, erklärte: „Der Aktivitätstracker ist ein kleines Messgerät, das wie ein Gürtel an der Hüfte getragen wird. Er misst anhand der Beschleunigung den ganzen Tag über die Bewegungen. Anhand dessen können wir Umfang und Intensität der Aktivität ermitteln und den Energieumsatz berechnen.“

Warum ist eine solche Studie wichtig? Dass regelmäßige körperliche Aktivität im Allgemeinen Gesundheit und das Wohlbefinden verbessert und das Risiko für chronische Erkrankungen senkt, ist nach Angaben von Dr. Christian Thiel, Professor für Physiotherapie an der hsg Bochum mit dem Schwerpunkt ‚Training und Therapie/Prävention‘, gut untersucht. Thiel erläuterte weiter: „Das Bewegungsverhalten unterscheidet sich in Abhängigkeit von Geschlecht und Alter. Wir wissen erstaunlich wenig darüber, in welchem Maß sich Frauen ab 60 bewegen, und von welchen Faktoren die Bewegungs dosis bei ihnen abhängt.“

Für das laufende Projekt KAREN6o+ an der hsg Bochum werden aktuell noch Frauen über 60 Jahre gesucht. Dafür können sich auch Frauen melden, die nur wenig körperlich aktiv sind, rauchen, ein höheres Körpergewicht haben, Bluthochdruck haben oder bei denen die Diagnose Diabetes mellitus Typ 2 gestellt wurde.

Ziel von KAREN6o+ ist es, das Aktivitätsverhalten von Frauen in verschiedenen Lebenssituationen zu erfassen und herauszufinden, wer besonders von einer Steigerung der Aktivität profitieren könnte. Während des Erhebungszeitraums sind die Teilnehmerinnen in ihren Aktivitäten in keiner Weise eingeschränkt und sollen wie sonst auch ihrem normalen Alltag nachgehen. Bis auf einen einmaligen Termin, der etwa eine Stunde dauern wird und das Ausfüllen einiger Fragebögen (etwa 1,5 Stunden) ist die Teilnahme mit keinem weiteren Aufwand verbunden. Mit Blick auf COVID-19 werden alle Hygiene- und Anstandsregeln beachtet.

Als Ansprechpartnerin für weitere Informationen zum Forschungsprojekt und zur Teilnahme steht Alina Rieckmann unter +49 (0) 234 77727-692 oder alina.riECKmann@hs-gesundheit.de gerne zur Verfügung.

Genauere Informationen zum Forschungsprojekt und zur Studie sind auf der hsg-Homepage (<https://www.hs-gesundheit.de/forschung/aktuelle-projekte/pro-karen6o>) zu finden.

contact for scientific information:

Prof. Dr. Christian Thiel, per Mail: christian.thiel(at)hs-gesundheit.de; Alina Rieckmann, wissenschaftliche Mitarbeiterin, alina.rieckmann(at)hs-gesundheit.de



Die Teilnehmerinnen tragen zweimal diesen Aktivitätstracker für jeweils zehn Tage in ihrem Alltag.

Alina Rieckman
hsg Bochum/Alina Rieckmann