

<http://www.aerzteblatt.de/nachrichten/35588/>

Hochschulen

Wie Sport Alzheimer aufhält

Essen – Wie Sport Alzheimer positiv beeinflussen kann, erforscht die bundesweit angelegte Studie Sport & COG, die das Bundesministerium für Gesundheit im Rahmen des Leuchtturmprojektes Demenz mit 1,1 Millionen Euro fördert.

An der Untersuchung können deutschlandweit Patienten an verschiedenen Zentren in Essen, Bochum, Bonn, Erlangen, Göttingen, Homburg und Ulm teilnehmen. Leiter ist der Direktor der [Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie des LVR-Klinikums Essen](#), Kliniken und Institut der Universität Duisburg-Essen, Jens Wiltfang.

„Studien weisen darauf hin, dass Sport positive Auswirkungen auf Demenzkranke haben kann“, erklärte Wiltfang. Allerdings hätten die bisherigen Untersuchungen Fragen zur Art, Intensität, Häufigkeit und Dauer der Aktivitäten noch nicht klären können.

Die Wissenschaftler gehen laut Wiltfang in ihrer jetzigen Studie von der Annahme aus, dass ein vielfältiges Trainingsprogramm den Patienten am besten helfen könne. Sie nahmen an, dass sich durch diese Übungen der typische Abbau von Fähigkeiten wie Wahrnehmung, Denken und Erinnern verzögere.

Insgesamt werden 300 Patienten, die unter Alzheimer in einem frühen Stadium leiden, in der Studie nach dem Zufallsprinzip in zwei gleich große Gruppen unterteilt. Die erste erhält ein spezifisches, altersgerechtes Sportprogramm, das Kraft, Beweglichkeit sowie geistige Fähigkeiten schult.

Die Probanden der Kontrollgruppen machen hingegen ausschließlich Dehnübungen. Die Trainingszeit liegt bei beiden Gruppen bei insgesamt 48 Stunden auf ein halbes Jahr verteilt. Vor und nach der Teilnahme an den Übungen sowie nach sechs Monaten werden die Probanden untersucht. Dabei stehen ihre aktuellen Beschwerden und Symptome im Fokus. © [hil/aerzteblatt.de](http://aerzteblatt.de)

© Deutsches Ärzteblatt