

Prof. Dr. Christian T. Haas

Fachbereich Gesundheit
Limburgerstr. 2
65510 Idstein

Fon: +49(0)6126 / 9352918
E-Mail: haas@hs-fresenius.de

**Forschungsprojekt:
„Trainingssteuerung und Kompetenzentwicklung bei Morbus Parkinson“**

Sehr geehrte Studieninteressentinnen und -interessenten,
im Laufe der letzten Jahre wurden zahlreiche Forschungsarbeiten zur Thematik der Effekte von Sport und Training bei Morbus Parkinson durchgeführt. Die Ergebnisse sind einerseits sehr vielversprechend andererseits sind noch zahlreiche Fragestellungen ungeklärt. Unser Ziel dieser Forschungsarbeit ist es nun, zur weiteren Aufklärung des Themas und zur Weiterentwicklung von trainingstherapeutischen Maßnahmen beizutragen. Im Mittelpunkt unseres Forschungsvorhabens steht die Kompetenzentwicklung von Parkinsonpatienten im Kontext von Sport und Training. Ermöglicht wird diese Forschungstätigkeit unter anderem durch die Unterstützung der Hilde-Ulrichs Stiftung für Parkinsonforschung.

Morbus Parkinson (MP) stellt weltweit eines der am intensivsten beforschten Krankheitsbilder dar. Die Behandlung ist in erster Linie pharmakologisch geprägt und zielt durch die Gabe von L-Dopa bzw. Dopaminagonisten auf einen Ausgleich des Dopaminmangels ab. Neuere wissenschaftliche Erkenntnisse geben deutliche Hinweise darauf, dass durch ein gezieltes Bewegungstraining „neuroprotektive Wirkmechanismen“ ausgelöst werden können. Das bedeutet, es werden Wirkstoffe an den Nervenzellen ausgeschüttet (neurotrophe Faktoren), die das Überleben und den Wachstum von Nervenzellen fördern. Durch verschiedene Trainingsstrategien kann die Bildung von diesen neurotrophen Faktoren begünstigt werden. Zudem liegen gute Hinweise vor, dass durch Training - neben denkbaren neuroprotektiven Wirkmechanismen - auch typische Parkinsonsymptome wie Gang- und Gleichgewichtsstörungen reduziert werden können, mit entsprechend positiven Effekten für die Lebensqualität. Positive Effekte von Sport und Training sind allerdings kein Automatismus. Das optimale Einplanen und Durchführen von Training und die Art des Trainings sind entscheidend. In dieser Schulung werden trainingspraktische Hinweise erarbeitet, wie ein optimales Training laufen könnte.

Ziel des Forschungsprojekts ist es, Ihre Kompetenzen bezüglich Training und Trainingssteuerung so zu erhöhen, dass Sie in der Lage sind, Trainingsmaßnahmen selbstständig zu bewerten, einzuplanen und optimal durchzuführen. Diese Selbstkompetenz werden sie in Form von regelmäßigen Schulungsmaßnahmen erlangen. Es werden sowohl theoretische als auch praktische Inhalte vermittelt. In gemeinsamen Gesprächen werden Trainingsziele erarbeitet, durchgeführt und bewertet. Eingebettet wird die Schulungsmaßnahme durch verschiedene Diagnosen, die z.B. ihr Erkrankungsstadium feststellen, ihre Mobilität erfassen und ihre Selbstkompetenz analysieren.

Für Rückfragen stehen wir gerne unter folgender e-mail: m.schwed@sport.uni-frankfurt.de bzw. Telefonnummer 0178 – 6764294 zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen

Dipl. Sportwiss. Mareike Schwed

Prof. Dr. Christian T. Haas