

Treffpunkt Forschung: Sport und Energiemanagement

Montag, 24. Mai 2021

Führen intensives Velotraining und Energiemanagement zu einer Verbesserung der Lebensqualität bei Personen mit MS? Dieser Frage geht ein Forschungsteam am Rehasentrum Valens nach.

In der Serie «Treffpunkt Forschung» stellen Forschende, die von der MS-Gesellschaft finanziell unterstützt werden, ihre Projekte vor. Lesen Sie hier den Bericht von Nadine Patt, Rehasentrum Valens. In einem Online-Workshop können Sie sich ausserdem direkt mit den Forschenden austauschen.

Unser Projekt

Personen mit Multipler Sklerose haben oft starke Erschöpfungszustände, was sich auf ihre Lebensqualität auswirkt. Bisherige Studien zeigen entweder positive Effekte des Trainings oder der Energiemanagementprogramme. Ziel unserer Studie ist es, beide Behandlungsansätze zu kombinieren und deren Effekt auf die Lebensqualität bei Personen mit MS zu untersuchen.

Die Kombination von intensivem Intervalltraining und Energiemanagementschulung wird verglichen mit den herkömmlichen Behandlungsmethoden eines stationären Rehabilitationsaufenthalts (moderates Ausdauertraining und Entspannung). Die Studie findet im Rahmen des 3- bis 4-wöchigen stationären Rehabilitationsaufenthalts der Teilnehmenden in der Rehaklinik Valens statt. Primär wird der Effekt der Behandlungen auf die Lebensqualität bis zu 6 Monate nach Rehabilitationsaufenthalt untersucht.

Unsere Motivation

Wir möchten den Irrglauben, dass intensives Training den Krankheitsverlauf bei Personen mit MS beschleunigt, zerstreuen. Die Energiemanagementschulung hilft, das Training regelmässig in den Alltag zu integrieren, um die Fitness nachhaltig aufzubauen.

Schweiz. MS-Gesellschaft, Josefstrasse 129, Postfach, CH-8031 Zürich

Tel. 043 444 43 43 | info@multiplesklerose.ch | www.multiplesklerose.ch