

000/14 Forschung

7. Februar 2014  
a,b/tk

## **Neues Forschungsprojekt: Indoor-Cycling und Gesundheitsaufklärung gegen Schizophrenie**

### **PRESSE & KOMMUNIKATION**

REDAKTION:  
DR. CORINNA DAHM-BREY  
26111 OLDENBURG  
TEL. (0441) 7 98 - 54 46  
FAX (0441) 7 98 - 55 45  
PRESSE@UNI-OLDENBURG.DE  
WWW.UNI-OLDENBURG.DE

Oldenburg Aktuelle Studien belegen: Regelmäßiger Sport beeinflusst den Erkrankungsverlauf schizophrener Psychosen positiv. Wie Schizophrenie-PatientInnen eigenständig mehr Sport und Bewegung in ihr Leben integrieren und so aktiv zu ihrer Gesundheit beitragen können, damit setzt sich ein Forschungsprojekt am Institut für Sportwissenschaften der Universität Oldenburg in Kooperation mit der Karl-Jaspers-Klinik auseinander. Die ärztliche Leitung des Forschungsprojekts hat Dr. Christian Figge, Chefarzt für Allgemeine Psychiatrie und Psychotherapie an der Karl-Jaspers-Klinik, inne, die sportliche Leitung liegt in den Händen der Oldenburger SportwissenschaftlerInnen Sirka Ginsel und Dr. Mirko Brandes.

Bei der 18-monatigen Studie erhalten Schizophrenie-PatientInnen der Karl-Jaspers-Klinik zusätzlich zur psychiatrischen Behandlung die Möglichkeit, an Trainingseinheiten unter sportwissenschaftlicher Leitung teilzunehmen. Das Kernstück bildet dabei „Indoor-Cycling“, das zweimal wöchentlich in der Klinik stattfindet. Auf modernen Spinning-Fahrrädern sollen die PatientInnen bei einem Ausdauertraining mit Musik motiviert werden, sportlich aktiv zu

werden. Ein wöchentliches Sportprogramm, das durch unterschiedliche Sport- und Bewegungsarten die Freude am Sport weckt, ergänzt das Indoor-Cycling. Nach dem stationären Aufenthalt können die PatientInnen „ambulant“ am Institut für Sportwissenschaft der Universität weitertrainieren. Anschließend werden die Interventionsmaßnahmen schrittweise reduziert. „Am Ende des Programms sollen die Teilnehmer in der Lage sein, selbständig und regelmäßig Sport zu treiben. Um dies zu gewährleisten, bieten wir zum Sportprogramm zusätzlich theoretische Inhalte an“, erklärt Brandes.

Während der gesamten Studie überprüfen die WissenschaftlerInnen regelmäßig, wie sich der Krankheitsverlauf der Psychose, physiologische Parameter sowie die körperliche Aktivität der PatientInnen entwickeln. „In letzter Zeit gab es zwar einige Studien, die die Auswirkungen von Sport auf Patienten mit schizophrenen Psychosen untersuchten – allerdings hat es kaum Nachfolgeuntersuchungen gegeben, die die Ergebnisse überprüfen“, so Ginsel. „In diese Lücke stoßen wir vor und erhoffen uns, dass wir nachweisen können, dass Sport eine deutliche Verbesserung des Krankheitsverlaufs hervorruft. Sollte sich dies bewahrheiten, so werden wir die Studieninhalte in die Standardtherapie aufnehmen“, erklärt Figge. Die abschließenden Ergebnisse der Studie werden Ende 2015 erwartet.

Auf dem Foto: Die Projektkoordinatoren beim „Indoor-Cycling“ an der Universität Oldenburg (v.l.): Dr. Christian Figge, Chefarzt für Allgemeine Psychiatrie und Psychotherapie an der Karl-Jaspers-Klinik, Monika Jüttner,

Pflegedirektorin der Karl-Jaspers-Klinik, sowie die Oldenburger Sportwissenschaftler Sirka Ginsel und Dr. Mirko Brandes.

① <http://www.uni-oldenburg.de/sport/forschung/sport-und-gesundheit/>

**Kontakt:** Dr. Mirko Brandes, Institut für Sportwissenschaften, Tel.: 0441/798-3177, E-Mail: [mirko.brandes@uni-oldenburg.de](mailto:mirko.brandes@uni-oldenburg.de)

**Foto:** <http://www.uni-oldenburg.de/presse/mit/2014/000.html>

Alle Pressemitteilungen können Sie auch im Internet abrufen unter: <http://www.presse.uni-oldenburg.de/mit/>