



milon und Physio Aktiv initiieren große Arthrosestudie

Die Studie untersucht den Beitrag von gezieltem Kraft- und Ausdauer-Training zur dauerhaften Schmerzreduktion bei Kniearthrose-Patienten

Arthrose ist eine der weltweit häufigsten Gelenkerkrankungen, bei der Bewegung als zentrale Maßnahme unter den nicht-medikamentösen Therapieformen gilt. Gemeinsam mit dem Physio Aktiv Netzwerk und unter der wissenschaftlichen Leitung von Professor Dr. Klaus Baum führt milon aktuell eine deutschlandweite Arthrosestudie mit rund 800 Personen durch.

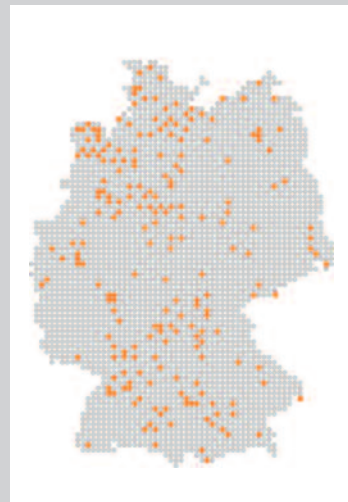
Ziel der Studie ist es, zu untersuchen, wie sich strukturiertes Training mit dem milon Kraft-Ausdauer-Zirkel auf eine ärztlich diagnostizierte, schmerzhafte Kniearthrose auswirkt. Hierfür werden bei drei Studiengruppen die Effekte eines Oberkörper-, Bein- oder Ganzkörpertrainings auf Schmerz, Funktionalität und Lebensqualität verglichen. Nach der erfolgreichen Rückenstudie 2017 ist dies die zweite wissenschaftliche Kooperation von milon und Physio Aktiv mit dem Kölner Physiologen und Sportwissenschaftler Professor Dr. Baum.

Vorsprung durch Wissenschaft

Die *Physio Aktiv Studien* werden gemeinsam mit Prof. Dr. Klaus Baum in Köln durchgeführt.

Diese Kooperation bietet folgende Mehrwerte:

- ✓ jahrzehntelange Studienerfahrung von Prof. Dr. Baum
- ✓ Zusammenarbeit mit der internationalen Gesellschaft für Orthopädische Schmerztherapie (IGOST)
- ✓ Anerkennung durch die Ethikkommission der *Deutschen Sporthochschule Köln*
- ✓ Sehr kurze Umsetzungszeiträume durch den hohen Organisationsgrad des deutschen Physio Aktiv Netzwerkes



Bewegen statt Schonen

„Bewegung ist das A und O bei der Arthrosetherapie, vorausgesetzt die Beschwerden lassen das Training zu. Das ist das übereinstimmende Ergebnis zahlreicher Untersuchungen. In der neuen

Studie wollen wir nun herausfinden, welche Art von Training am besten zur Schmerzreduktion bei Kniearthrose-Patienten geeignet ist und die Trainingsinhalte optimieren“, erklärt Prof. Dr. Baum. Die Krankheit kann zwar durch

DIE PHYSIO AKTIV KNEIARTHROSE-STUDIE MIT PROF. DR. KLAUS BAUM

Der wissenschaftliche Beirat des Physio Aktiv-Netzwerkes, Prof. Dr. rer. nat. Klaus Baum studiert Biologie an der Universität zu Köln und Sport an der Deutschen Sporthochschule Köln. Er promovierte in Naturwissenschaften. Die Habilitation erfolgte in Physiologie. Seit 2000 leitet er ein eigenständiges Trainingsstudio in Köln. Seine wissenschaftlichen Schwerpunkte liegen in folgenden Bereichen:

- Körperliche Leistungsfähigkeit und Trainierbarkeit
- Einfluss der Ernährung auf die körperliche Leistungsfähigkeit
- Präventives und rehabilitatives Training bei orthopädischen und internistischen Krankheitsbildern

HELDEN SIE SICH GLEICH AN!

Maximale Physio Einrichtung
Mattenstraße 23 • 50668 Mülheim
Telefon 0205 900 900 00
info@maxster-physio.de • www.maxster-physio.de

LOGO

IGOST
Internationaler Gesellschaft für orthopädische, unfallchirurgische und allgemeine Schmerztherapie

GESUCHT: PATIENTEN MIT KNEIARTHROSE

Trainieren Sie effektiv und wissenschaftlich betreut im Rahmen einer großen Kniearthrose Studie.

WISSENSCHAFTLICHE STUDIE
PROF. DR. BAUM

PHYSIO AKTIV

LOGO

Training nicht geheilt werden, aber es kann dem Muskelabbau und einer Gewichtszunahme entgegenwirken, welche beide extrem schädigend für Gelenke sind.

Durch das Training mit dem Kraft-Ausdauer-Zirkel von milon wird eine konstante und gleichmäßige Belastung und Intensität der Probanden gewährleistet. „Als Gerätehersteller verfolgen wir schon seit Langem die Vision eines ganzheitlichen, digitalisierten Gesundheitstrainings, nicht nur für Fitnessliebhaber, sondern auch für Schmerzpatienten. Daher freuen wir uns, auch diese Studie wieder gemeinsam mit Physio Aktiv und Professor Dr. Baum durchzuführen und die neusten wissenschaftlichen Erkenntnisse in unser Trainingsangebot und unsere Partnerservices einfließen zu lassen“, sagt Udo Münster, CEO von milon.

Auch Krankenkassen sind natürlich daran interessiert, dass Arthrose-Patienten mit nicht-medikamentösen Therapieformen ihren Gesundheitszustand verbessern. Daher unterstützt die VIACTIV Krankenkasse, die seit über fünf Jahren Partner von milon und Physio Aktiv ist, die Studie.

„Wir kooperieren mit milon und Physio Aktiv im Rahmen unseres Programmes VIACTIV Fitness, bei dem wir zwei Mal pro Jahr die Teilnahme an einem Fitnesskurs übernehmen. Nun möchten wir auch unseren Mitgliedern mit Kniearthrose die Möglichkeit geben, mit dem milon Zirkeltraining ihre Schmerzen zu reduzieren und mehr Lebensqualität zu gewinnen“, erklärt Henning Kruse, Regionalleiter der VIACTIV Krankenkasse in Lübeck.

Bewerbungsphase für Physio Aktiv-Einrichtungen und Patienten

Die Arthrostudie ist auf die Gegebenheiten einer typischen Physio Aktiv-Einrichtung mit dem vernetzten milon Zirkeltraining ausgerichtet.

TIPP

Interessierte Physio Aktiv-Einrichtungen können sich über die Teilnahme an der Studie informieren und bewerben unter:
www.physioaktiv.de/arthrostudie.

Der Vorteil für teilnehmende Physio Aktiv-Partner liegt in der Nutzung der physiotherapeutischen Kompetenz auf Basis neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse,

Grundinformationen zur Studie

- ✓ Die Studie wird in Zusammenarbeit mit der internationalen Gesellschaft für Orthopädische Schmerztherapie durchgeführt und ist durch die Ethikkommission der Deutschen Sporthochschule Köln anerkannt.
- ✓ Die Zwischenergebnisse der Studie werden von Prof. Dr. Baum auf dem Physio Aktiv Kongress im Januar 2020 präsentiert.

sodass diese sich besser von lokalen Wettbewerbern differenzieren und sich als führender Gesundheitsanbieter vor Ort positionieren können. Die Bewerbungsphase für Patienten läuft noch bis zum 15. September 2019.

PHYSIO AKTIV

KONTAKT

Weitere Informationen unter:
www.milon.com
www.physioaktiv.de.