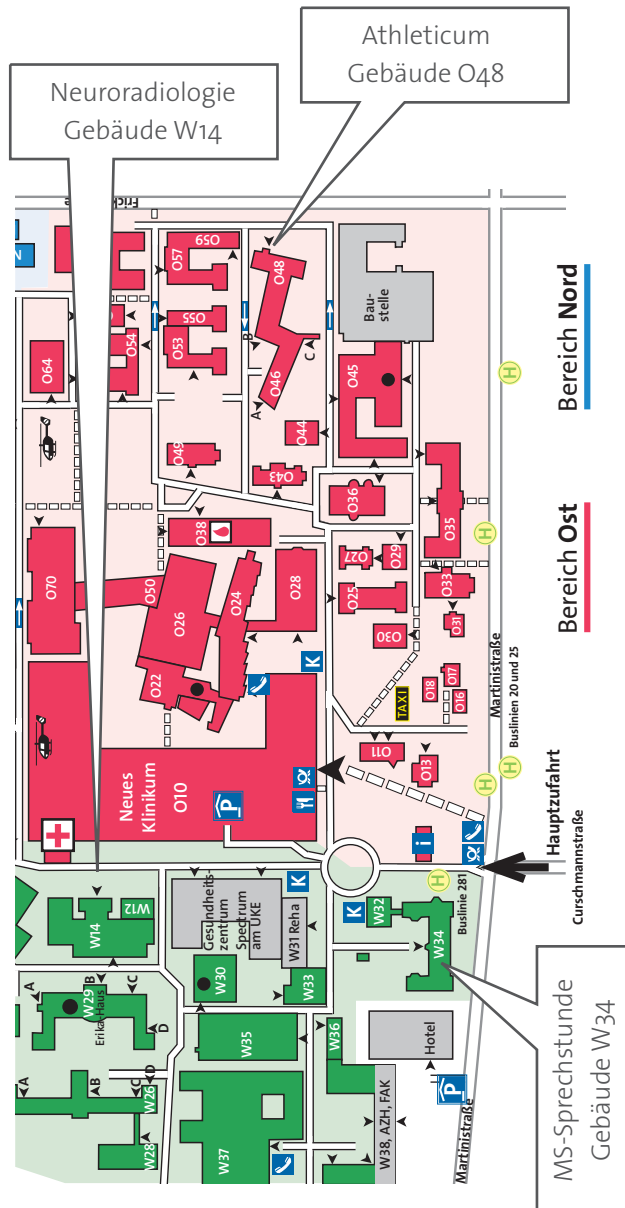


## So erreichen Sie uns



## Wer führt die Studie durch?

Institut für Neuroimmunologie und Multiple Sklerose (INIMS)

### MS-Sprechstunde und- Tagesklinik

Leiter: Prof. Dr. Christoph Heesen

Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf

Gebäude W 34

Martinistr. 52 | 20246 Hamburg

Tel: +49 (0) 40 7410-54076

E-Mail: [multiplesklerose@uke.de](mailto:multiplesklerose@uke.de)

UKE Athleticum

Kompetenzzentrum für Sport- und Bewegungsmedizin

Wiss. Leiter: Prof. Dr. Dr. Karl-Heinz Schulz

Dipl. Sportwiss. Stefan Patra

Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf

Gebäude O48

Martinistr. 52 | 20246 Hamburg

Tel: +49 (0) 40 7410-28565

E-Mail: [ms-bewegung@uke.de](mailto:ms-bewegung@uke.de)



Diese Studie wird von der Deutschen Multiple Sklerose Gesellschaft Landesverband Hamburg e.V. mit einem Anteil aus der Spendensumme der NDR Benefizaktion „Hand in Hand für Norddeutschland“ 2014 gefördert.



Klinik und Poliklinik für Neurologie



Die Studie „AMBOS“

## Studienteilnehmer gesucht!

Armergometrie zur Verbesserung der Mobilität bei chronischer Multipler Sklerose (AMBOS)



**INIMS**  
Institut für Neuroimmunologie  
und Multiple Sklerose

UKE Athleticum

Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf

## Welche Bedeutung haben Bewegung und Sport bei Multipler Sklerose?

Sport und körperliche Aktivität sind vermutlich die besten „Medikamente“, um das Nervensystem zu schützen. Bewegungstherapie fördert nicht nur Ausdauer und Mobilität, sondern verbessert auch die Hirnleistung. In einer Pilotstudie konnten wir zeigen, dass Handkurbeln (Armergometrie) bei chronischer MS das Gehen verbessern kann.

Wir möchten nun herausfinden, ob sich dieser Effekt durch Training mit dem Armergometer reproduzieren lässt und man dieses zukünftig als Therapieform nutzen kann.

## Die Studie „AMBOS“

Das Training am Armergometer findet ausschließlich unter Bewegung der Arme statt. Patienten, die in ihrer Gehfähigkeit und Beinfunktion eingeschränkt sind, können diese Art des Trainings problemlos ableisten. Das Training soll zuhause stattfinden. Ziel ist eine Verbesserung der Gehfähigkeit zu erreichen. Zudem soll auch der Wirkeffekt auf das MRT überprüft werden. Während der Trainingsphase findet persönlicher, elektronischer und/oder telefonischer Kontakt statt.

## Wie ist der Ablauf der Studie?

Im Vorfeld finden zunächst einige Untersuchungen am UKE statt. Dazu gehören neben einer sportmedizinischen Untersuchung eine MRT-Untersuchung und die Durchführung einiger klinischer Tests. Auch eine Geräteeinweisung zum Motomed, mit dem trainiert wird, erfolgt hier. Anschließend wird Ihnen das Armergometergerät nach Hause geliefert. Sie absolvieren über den Zeitraum von 12 Wochen das Training, wobei eine tägliche Trainingseinheit angestrebt werden sollte. Abschließend kommen Sie nochmals für einige Untersuchungen ans UKE.

## Wann können Sie an der Studie teilnehmen?

- wenn Sie die gesicherte Diagnose einer **chronischen MS** haben
- wenn Sie in Ihrer Gehfähigkeit mäßig eingeschränkt sind (**100- 500 m Gehstrecke**)
- wenn Sie keine oder nur eine gering eingeschränkte Arm-/Handfunktion haben
- wenn Sie zwischen 18 und 60 Jahre alt sind
- **wenn Sie in Hamburg oder im Umkreis Hamburgs wohnen**
- wenn Sie keine Herzerkrankungen haben

Wenn die Teilnahmebedingungen auf Sie zutreffen, dann melden Sie sich gerne unter [multiplsklerose@uke.de](mailto:multiplsklerose@uke.de) oder (o) 40 7410-54076

## Warum sollten Sie teilnehmen?

Sport verbessert Fitness, Mobilität, Lebensqualität und die Stimmung. Sport ist einer der besten Schutzfaktoren vor Altern des Nervensystems und wirkt insgesamt lebensverlängernd. Durch das heimbasierte Training sind Sie in Ihrem Training flexibler und können es individuell in Ihren Alltag einbauen.