

Starker Knieschmerz und nichts hilft?



Dann gehen Sie neue Wege ...

Das Zentrum für Muskel- und Knochenforschung und die Klinik für Unfallchirurgie der Charité in Steglitz untersuchen zusammen mit dem Bereich Gesundheitspsychologie der Freien Universität zu Berlin im Rahmen einer durch das Bundesministerium für Forschung und Bildung geförderten Studie (PrevOP) den Effekt von verschiedenen Trainingskonzepten auf die Behandlung einer Kniearthrose bei Frauen und Männern.

Sie können an der Studie teilnehmen, wenn Sie:

- **mindestens 40 Jahre jung sind**
- **Schmerzen im Knie haben**
- **eine Kniearthrose (Schweregrad gemäß der Studienvorgabe) haben**

Sie können nicht an der Studie teilnehmen, wenn mindestens eines der folgenden Kriterien vorliegt:

- **künstliches Kniegelenk**
- **Einsatz eines künstlichen Hüftgelenkes in den letzten 12 Monaten**
- **schwerwiegende Grunderkrankungen** (z.B. Krebserkrankungen oder schwere Herzerkrankungen)
- **Thrombosen in den letzten 5 Jahren**

... und trainieren Sie mit uns!

Einige Informationen zur Studie

- **keine Medikamentenstudie!**
- **Studiendauer: 2 Jahre**
 - 2 Trainingseinheiten wöchentlich in kleinen Gruppen (3-8 Personen) im 1. Jahr in Steglitz, abgestimmtes Heimtrainingsprogramm im 2. Jahr
- **8 Studientermine in Steglitz und 4 Telefonkontakte**
- **Umfangreiche Knieuntersuchungen mittels CT, Ultraschall und MRT**
- **Überprüfung der Muskelleistung und Muskelkraft**
- **Motivation durch Psychologen**
- **Schmerzbeurteilung**
- **angemessene Fahrtkostenerstattung**

