

Studienteilnehmer gesucht!

Du machst **Sport**?

Du hattest schon mal eine **Sprunggelenksverletzung**?



- vor mindestens einem Jahr
- und hast noch gelegentlich Probleme

Du bist zwischen 18 und 40 Jahre?

Dann suchen wir **genau Dich!**

Werde Teil einer spannenden Untersuchung von sensomotorischen Trainingsmaßnahmen zur Verbesserung des Gleichgewichts, Kraft, Sensibilität und Funktion des Sprunggelenks!



Dein Ansprechpartner:

Sabine Deußen **Tel: 02161-591238** **E-Mail: s.deussen@web.de**

Hochschule Niederrhein, Fachbereich Gesundheitswesen,
Therapiewissenschaften
Reinarzstraße 49, 47805 Krefeld



Hintergrund und Ziel der Studie

Sprunggelenksverletzungen sind in unserer Sportart nicht selten. Um Sportler adäquat behandeln zu können, werden in der Physiotherapie ständig neue Behandlungsmethoden entwickelt und im Rahmen von Studien wissenschaftlich überprüft.

Nach Sprunggelenksverletzungen kommt es in bis zu 74% der Fälle zu wiederkehrenden Symptomen oder erneuten Verletzungen. Die Forschung hat gezeigt, dass dabei eine gestörte Sensomotorik und die Fußsensibilität eine wichtige Rolle spielen.

Im Rahmen unserer Studie möchten wir herausfinden, ob ein mehrwöchiges sensomotorisches Training Einfluss auf euer Gleichgewicht, eure Kraft und Funktion des Sprunggelenks sowie auf eure Fußsensibilität hat. Dadurch gelingt es uns, in Zukunft physiotherapeutische Behandlungen weiter zu optimieren.

Dein persönlicher Nutzen

- ✓ du erhältst Auskunft über deine Gleichgewichts- und Kraftfähigkeit sowie deine Sensibilität
- ✓ du kannst entsprechende Tipps zur Verletzungsprophylaxe erhalten
- ✓ wir finden gemeinsam das beste Therapieprogramm, um deine Symptome zu reduzieren und das Risiko einer erneuten Verletzung zu senken

Ablauf der Studie

- Fragebogen zur Überprüfung der Einschlusskriterien
- Eingangsmessung deiner Gleichgewichtsfähigkeit, Kraft im Sprunggelenk sowie Fußsohlensensibilität und Ermittlung des Funktions-Scores deines Sprunggelenks
- Einteilung per Zufall in eine von 3 Gruppen, die zwei verschiedene Trainingsprogramme oder kein Training (Kontrollgruppe) erhalten
- Training zwei mal pro Woche über Zeitraum von 6 Wochen
- Abschlussmessung der anfangs erhobenen Werte, um Vergleich ziehen zu können
- Wiederholungsmessung nach weiteren 4 Wochen zur Überprüfung der Nachhaltigkeit

Wir freuen uns auf deine Teilnahme 😊