

## Presseinformation

München, den 19. März 2010

### **Sportmedizinische Leitung bei TU München: 1,9 Millionen Euro für Herzsport-Studie**

**Erst seit einigen Jahren wird eine bestimmte Form der Herzschwäche, die diastolische Herzinsuffizienz, von Medizinern als eigenständige Erkrankung anerkannt. Bei diesem Leiden ist die Pumpleistung des Herzens vermindert, da sich die linke Herzkammer nicht vollständig füllt. Die Ursache: Der Herzmuskel ist versteift. Im Gegensatz zu Medikamenten kann körperliches Training kann den Betroffenen besonders gut helfen, wie eine Pilotstudie nahe legt. Mit 1,9 Millionen Euro fördert jetzt die Deutsche Forschungsgemeinschaft (DFG) eine Studie, an der 20 Zentren in Deutschland und Österreich teilnehmen. Die sportmedizinische Leitung liegt beim Zentrum für Prävention und Sportmedizin der TU München.**

Die diastolische Herzinsuffizienz betrifft bereits rund jeden Zweiten der schätzungsweise 1,4 Millionen Patienten mit chronischer Herzschwäche in Deutschland. Besonders Frauen im mittleren und höheren Alter mit erhöhtem Blutdruck, Übergewicht und Stoffwechselstörungen wie etwa Diabetes-Vorstufen sind von der diastolischen Herzinsuffizienz betroffen: Ihr Herzmuskel kann nicht mehr gut erschlaffen und ist zu wenig elastisch. Die verminderte Leistung des Herzens reduzierte die körperliche Leistungsfähigkeit der Patienten und mindert so Lebensqualität und Lebenserwartung: Wasser lagert sich in die Lunge ein und führt zu Atemnot, die Beine schwellen an. Die bisherige Therapie mit Medikamenten verbessert kaum die Prognose der Patienten.

In einer Pilotstudie konnten Forscher des Zentrums für Prävention und Sportmedizin der TU München in Kooperation mit dem Herzzentrum der Universität Göttingen zeigen, dass körperliches Training diesen Menschen besonders gut helfen kann. So vermindert ein gezieltes Kraft- und Ausdauertraining die Steifigkeit des Herzens und erhöht damit die Belastbarkeit der Patienten.

Eine europaweite Studie wird diese Ergebnisse jetzt an einem größeren Patientenkollektiv überprüfen. An der Studie "Ex-DHF" ("Exercise Training in Diastolic Heart Failure") nehmen 23 Zentren in Deutschland und Österreich teil, sie ist die bisher größte in Europa durchgeführte randomisierte und prospektive Trainingsstudie. Die teilnehmenden Patienten werden mehr als ein Jahr lang nach einem speziell ausgearbeiteten Übungsplan trainieren. Anschließend werden die Trainingseffekte auf Leistungsfähigkeit, Herzmuskelfunktion, Lebensqualität und auf die Prognose festgestellt.

"Gesunder und ausgewogener Sport hilft bei vielen Krankheiten gerade des Herzkreislaufsystems", meint Prof. Martin Halle, Leitender Ärztlicher Direktor des Zentrums für

Technische Universität München Corporate Communications Center 80290 München [www.tum.de](http://www.tum.de)

Dr. Ulrich Marsch  
Dr. Markus Bernards

Sprecher des Präsidenten  
PR-Referent

+49.89.289.22779  
+49.89.289.22562

[marsch@zv.tum.de](mailto:marsch@zv.tum.de)  
[bernards@zv.tum.de](mailto:bernards@zv.tum.de)

Prävention und Sportmedizin an der TUM. "Mit der Studie möchten wir die Grundlage dafür legen, dass spezielle Sportprogramme auch bei der diastolischen Herzinsuffizienz als Therapie etabliert werden."

Primäre Koordinationszentren sind das Zentrum für Prävention und Sportmedizin der TUM und das Herzzentrum an der Universität Göttingen (Dr. Frank Edelmann und Prof. Burkert Pieske). Die Deutsche Forschungsgemeinschaft (DFG) fördert die Untersuchung mit 1,9 Millionen Euro.

**Weitere Informationen:**

Univ. Prof. Dr. med. Martin Halle  
Zentrum für Prävention und Sportmedizin  
Technische Universität München  
Connollystr. 32  
80809 München  
Tel: 089 289 24431  
info@sport.med.tum.de

[www.sport.med.tum.de](http://www.sport.med.tum.de)

Die **Technische Universität München (TUM)** ist mit rund 420 Professorinnen und Professoren, 7.500 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern (einschließlich Klinikum rechts der Isar) und 24.000 Studierenden eine der führenden Universitäten Deutschlands. Ihre Schwerpunktfelder sind die Ingenieurwissenschaften, Naturwissenschaften, Lebenswissenschaften, Medizin und Wirtschaftswissenschaften. Nach zahlreichen Auszeichnungen wurde sie 2006 vom Wissenschaftsrat und der Deutschen Forschungsgemeinschaft zur Exzellenzuniversität gewählt. Das weltweite Netzwerk der TUM umfasst auch eine Dependence in Singapur. Die TUM ist dem Leitbild einer unternehmerischen Universität verpflichtet.