

**PRESSEINFORMATION**

**Kniearthrose: Proband\*innen gesucht**

Forschungsprojekt entwickelt neue Behandlungsansätze und sucht Testpersonen

**Kniearthrose ist eine degenerative Erkrankung des Gelenks mit einer entzündlichen Komponente. Betroffene Personen leiden unter Schmerzen und sind in ihrem Alltag und in der Bewegung eingeschränkt. Ein Forschungsprojekt unter Leitung der Fachhochschule St. Pölten sucht Proband\*innen im Alter zwischen 45 und 60 Jahren mit leichter bis mittelschwerer Kniearthrose.**

**St. Pölten, 16.04.2021** – Im Projekt „MLKOA – Motorisches Lernen bei Kniearthrose“ entwickeln die Fachhochschule St. Pölten, die Donauuniversität Krems, das Orthopädische Spital Speising und das Universitätsklinikum St. Pölten neue Therapieansätze und suchen Patient\*innen zwischen 45 und 60 Jahren mit leichter bis mittelschwerer Kniearthrose, die Trainingsprogramme testen möchten. Die Personen sollten nicht an den unteren Extremitäten operiert worden sein und in den letzten drei Monaten keine Injektion von Kortikosteroiden erhalten haben.

**Nutzen für die Testpersonen**

Das Projektteam führt mit den Proband\*innen ein 6-wöchiges Online-Gruppentraining unter Anleitung einer Physiotherapeutin durch. Die erste Einheit findet als Präsenztraining wahlweise in St. Pölten, Krems oder Wien statt. Danach führen die Personen die erlernten Übungen noch weitere 6 Wochen selbstständig zu Hause durch.

„Durch ihre Teilnahme erhalten die Proband\*innen ein professionell angeleitetes Training zur Verbesserung der Schmerzsymptomatik bei Kniearthrose und 100 Euro als Aufwandsentschädigung. Und sie leisten einen bedeutenden Beitrag zur wissenschaftlichen Erforschung von nicht-operativen Therapieverfahren bei Arthrose“, sagt Projektleiterin und Physiotherapeutin Barbara Wondrasch vom Institut für Gesundheitswissenschaften der FH St. Pölten.

**Bewegungsverhalten langfristig verändern**

Zahlreiche Untersuchungen haben bewiesen, dass bei Kniearthrose Trainingstherapien kurzfristig sehr gut Schmerzen reduzieren und die Funktion der Kniegelenke verbessern. Mittel- und langfristige Effekte der Trainings wurden bisher jedoch kaum nachgewiesen.

„Als Grund dafür vermuten Expert\*innen, dass herkömmliche Maßnahmen bei den Patient\*innen das Bewegungsverhalten langfristig nicht verändern. Das ist jedoch notwendig, um dem Fortschreiten der Erkrankung entgegenzuwirken“, sagt Wondrasch.

Um das Bewegungsverhalten von Betroffenen langfristig zu verändern bzw. den Effekt von Training darauf zu untersuchen, setzt das Projektteam auf den Ansatz des motorischen Lernens. Motorisches Lernen zielt auf das permanente Verbessern von Bewegungsabläufen ab, sodass diese ökonomisch und ohne erhöhte Gelenksbelastungen bzw. inadäquate Muskelansteuerungsmuster ablaufen können.

**Motorisches Lernen in der Rehabilitation**

In der Rehabilitation stellt motorisches Lernen die Grundlage für das (Wieder-)Erlernen von Bewegungsabläufen nach Verletzungen des Zentralnervensystems bzw. des Bewegungsapparats dar.

Im Projekt testen die Forscher\*innen nun verschiedene Varianten für Instruktionen und Feedback beim Erlernen von Bewegungsabläufen. Zwei Gruppen von Teilnehmerinnen und Teilnehmer absolvieren dabei das gleiche Trainingsprogramm, das sich aber in der Art der Instruktionen und des Feedbacks unterscheidet.

Mit dem Projekt werden kurz- und mittelfristige Effekte eines Trainingsprogramms, das auf Prinzipien des motorischen Lernens beruht, jenen eines herkömmlichen Trainingsprogramms gegenübergestellt. Untersucht werden neben den Effekten des Trainings Schmerzverhalten, Kniegelenksfunktion und Biomechanik. Ergebnisse aus dem Forschungsprojekt werden laufend in Fachzeitschriften und auf Kongressen vorgestellt.

**Kontakt für interessierte Personen:**

Magdalena Führer, FH St. Pölten

+43/676/847 228 599

magdalena.fuehrer@fhstp.ac.at

**Projekt MLKOA – Motorisches Lernen bei Kniearthrose**

Das Projekt wird von der NÖ Forschungs- und Bildungsges.m.b.H. (NFB) im Rahmen des Life Science Calls finanziert. Projektpartner sind die Donauuniversität Krems, das Orthopädisches Spital Speising und das Universitätsklinikum St. Pölten.

<https://research.fhstp.ac.at/projekte/mlkoa-motorisches-lernen-bei-kniearthrose>

**Fotos:**

FH-Mitarbeiter Christian Endres bei den Übungen, Credit: FH St. Pölten / Florian Kibler

Proband mit Physiotherapeut\*in, Credit: FH St. Pölten / Tatjana Aubram

Projektlogo, Credit FH St. Pölten

**Über die Fachhochschule St. Pölten**

Die Fachhochschule St. Pölten ist Anbieterin praxisbezogener und leistungsorientierter Hochschulausbildung zu den Themen Medien, Wirtschaft, Digitale Technologien, Informatik, Security, Bahntechnologie, Gesundheit und Soziales. 26 Studiengänge und zahlreiche Weiterbildungslehrgänge bieten ca. 3.500 Studierenden eine zukunftsweisende Ausbildung. Neben der Lehre widmet sich die FH St. Pölten intensiv der Forschung. Die wissenschaftliche Arbeit erfolgt zu den oben genannten Themen sowie institutsübergreifend und interdisziplinär. Die Studiengänge stehen in stetigem Austausch mit den Instituten, die laufend praxisnahe und anwendungsorientierte Forschungsprojekte entwickeln und umsetzen.

**Informationen und Rückfragen:**

Mag. Mark Hammer

Fachverantwortlicher Presse

Marketing und Unternehmenskommunikation

T: +43/2742/313 228 269

M: +43/676/847 228 269

E: mark.hammer@fhstp.ac.at

I: <https://www.fhstp.ac.at/de/presse>

Pressetext und Fotos zum Download verfügbar unter <https://www.fhstp.ac.at/de/presse>

Allgemeine Pressefotos zum Download verfügbar unter <https://www.fhstp.ac.at/de/presse/pressefotos-logos>

Die FH St. Pölten hält ausdrücklich fest, dass sie Inhaberin aller Nutzungsrechte der mitgesendeten Fotografien ist. Der Empfänger/die Empfängerin dieser Nachricht darf die mitgesendeten Fotografien nur im Zusammenhang mit der Presseaussendung unter Nennung der FH St. Pölten und des Urhebers/der Urheberin nutzen. Jede weitere Nutzung der mitgesendeten Fotografien ist nur nach ausdrücklicher schriftlicher Zustimmung (Mail reicht aus) durch die FH St. Pölten erlaubt.

Natürlich finden Sie uns auch auf Facebook und Twitter:

<https://www.facebook.com/fhstp> und [https://twitter.com/FH**\_**StPoelten](https://twitter.com/FH_StPoelten)

Sollten Sie in Zukunft keine weiteren Zusendungen der Fachhochschule St. Pölten wünschen, senden Sie bitte ein Mail mit dem Betreff „Keine Presseaussendungen" an presse@fhstp.ac.at .