



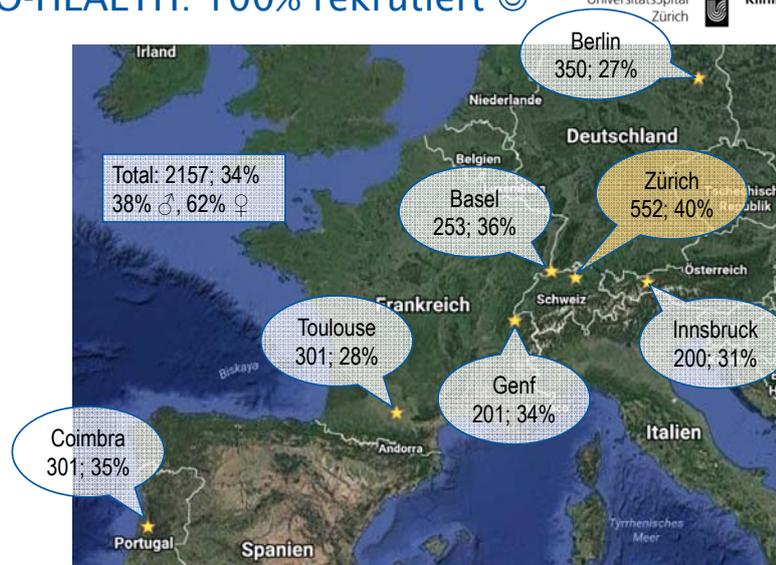
Neues von DO-HEALTH HyD-O T&D MOVE for your MIND

Dr. med. Gregor Freystätter
Zentrum Alter und Mobilität
Klinik für Geriatrie
UniversitätsSpital Zürich

Dr. med. Andreas Egli
Zentrum Alter und Mobilität
Klinik für Geriatrie
UniversitätsSpital Zürich



DO-HEALTH: 100% rekrutiert 😊



DO-HEALTH aktuelles

- **Bereinigen** der erhobenen Daten
 - **Blutuntersuchungen vom Studienstart:**
 - 140'000 eingefrorene Blutproben
 - 17'396 Laborwerte bestimmt
- **Resultate** werden im Rahmen der **Abschlussvisite** besprochen

Aktuelle Studie am ZAM: Hyd-O

Klinische Studie:
Verminderte Knochendichte



Für eine klinische Studie zum Thema Muskel- und Knochengesundheit suchen wir 50 bis 70 Jahre junge Frauen.

HyD-O: wieso?

Junge postmenopausale Frauen
+
verminderten Knochendichte (**Osteopenie**)
=
hohes **Frakturrisiko**



HyD-O: wieso?

... aber **keine gute Option** für
Prävention und **Behandlung**.





Aktuelle Studie: HyD-O

Information zur Studie

Worum geht es?

Wirkung von zwei verschiedenen Formen von Vitamin D im Vergleich zu einem Scheinpräparat auf:

- Muskelfunktion (Kraft, Reaktion, Koordination)
- Körperzusammensetzung (Muskel-, Fettmasse)
- Knochenqualität
- Knochendichte
- Blutdruck
- Fitness

Wer kann mitmachen?

- Frauen, 50 – 70 Jahre
- Postmenopausal
- Verminderte Knochendichte (wird bei uns getestet)



Aktuelle Studie: HyD-O

Information zur Studie

Wo findet die Studie statt?

Zentrum Alter und Mobilität am Stadtspital Waid

Wie lange dauert die Studie?

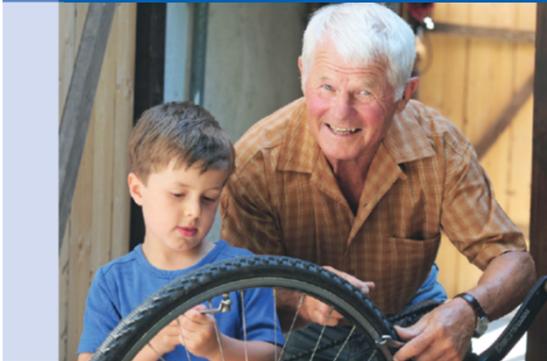
- 6 Monate
- 4 klinische Untersuchungen à ca. 5 Stunden
 - Entschädigung: je nach Anzahl und Art der Untersuchungen: 300.- bis 1800.- Fr.

Weitere Informationen:

- Tel: 044 366 70 83 (Frau T. Grübel, Studienschwester)
- Tel: 044 366 70 76 (Frau C. Dormann, Studienschwester)

Aktuelle Studie am ZAM: T & D

Klinische Studie: Muskeifunktion & Sturzrisiko

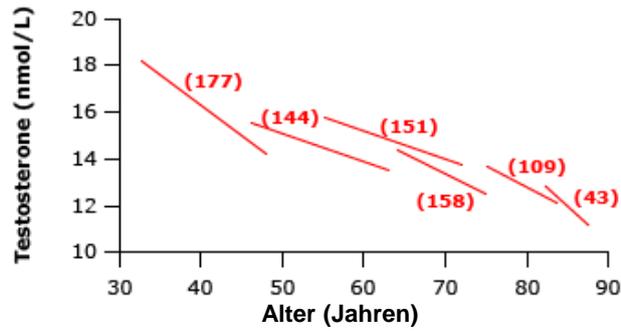


Für eine klinische Studie zu den Themen Muskelfunktion und Sturzrisiko suchen wir Männer ab 65 Jahren.

Testosteron Wirkungen

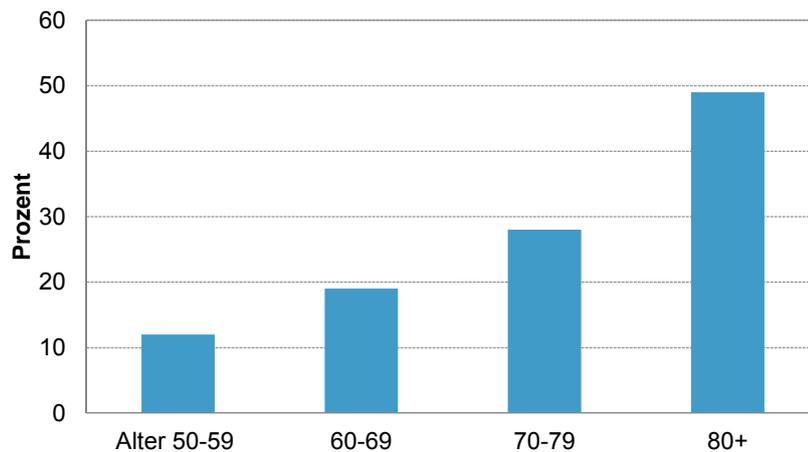


Abnahme des Testosteron Spiegels ab 30. Lebensjahr



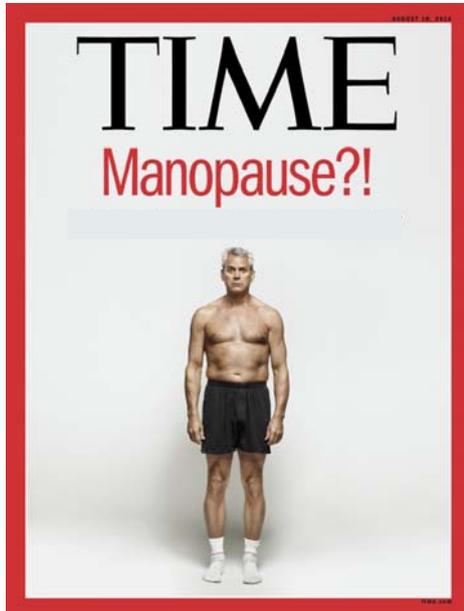
Harman SM et al Longitudinal effects of aging on serum total and free testosterone levels in healthy men. Baltimore Longitudinal Study of Aging. JCEM 2001

Testosteron Mangel bei Männern im Alter



Harman SM et al Longitudinal effects of aging on serum total and free testosterone levels in healthy men. Baltimore Longitudinal Study of Aging. JCEM 2001

Zeichen eines Testosteron Mangels im Alter



- Abnahme der Muskelmasse
- Abnahme der Knochendichte
- Zunahme des Körperfett
- ↓ körperliche Belastbarkeit
- Erektionsprobleme,
vermindertes sexuelles Verlangen
- Gemütsschwankungen



Aktuelle Studie: T & D

UniversitätsSpital
Zürich  Klinik für Geriatrie

Information zur Studie

Worum geht es?	Wirkung von Testosteron und/oder Vitamin D im Vergleich zu einem Scheinpräparat auf: <ul style="list-style-type: none"> • Sturzrisiko • Körperzusammensetzung (Muskel-, Fettmasse) • Muskelfunktion • Knochenqualität • Lebensqualität
Wer kann mitmachen?	<ul style="list-style-type: none"> • Männer, 65 Jahre und älter • Testosteronmangel (wird bei uns getestet)





Aktuelle Studie: T & D

Information zur Studie

Wo findet die Studie statt?	Zentrum Alter und Mobilität am Stadtspital Waid
Wie lange dauert die Studie?	12 Monate <ul style="list-style-type: none"> • 4 klinische Untersuchungen à ca. 5 Stunden • Kostenlose Verpflegung und Rückerstattung der Fahrspesen
Weitere Informationen:	<ul style="list-style-type: none"> • Tel: 044 366 70 83 (Frau T. Grübel, Studienschwester) • Tel: 044 366 70 76 (Frau C. Dormann, Studienschwester)



Stürze und Gedächtnis

- Stürze und Demenz gehören zu den grössten Gesundheitsrisiken bei Senioren
- 30% der über 65 jährigen und 40-50% der über 80 jährigen sind in den letzten 12 Monaten mind. einmal gestürzt.
 - Verletzungen, chronische Schmerzen, soziale Isolation, pflegebedürftig
- CH: ca. 116'000 (8%) der über 65 jährigen leben mit Demenz im 2050 werden es ca. 300'000 sein
 - Demenz ist ein Risikofaktor für Stürze (2x) sowie schwerwiegendere Sturzfolgen (Verletzung (2x), Knochenbruch (3x), pflegebedürftig)

Stürze und Gedächtnis

- Erste Symptome betreffen meist das «Alltags-Gedächtnis»
→ subjective cognitive decline (keine einheitliche, anerkannte Definition)
= **Risikofaktor** für eine Demenz

SCD	→	10.9%	Demenz
SCD	→ 4 Jahre	24.4%	mild cognitive impairment
SCD		4.6%	Demenz

→ **Prävention !**

Ref.: Mitchell AJ et al., Risk of dementia and mild cognitive impairment in older people with subjective memory complaints: meta-analysis. Acta psychiatrica Scandinavica. Dec 2014;130(6):439-451.

Geplante Studie: MOVE for your MIND

- Was ist die Frage
Hat **Jaques-Dalcorze eurhythmics** oder ein einfaches **Heimtrainingsprogramm** einen positiven Effekt auf das Sturzrisiko bei Senioren mit subjective cognitive decline?
... auf die kognitive Leistung ...?
... auf die Lebensqualität ...?
- Wer kann mitmachen
mind. 65 jährige Frauen und Männer, welche eine Abnahme der Gedächtnisleistung wahrnehmen
- Studiendauer = 1 Jahr