

2023-070 vom 13.10.2023

Teilnehmer\*innen für Studie gesucht

## TU Dortmund erforscht Einfluss von Sport auf das Immunsystem bei Multipler Sklerose

Sportwissenschaftler\*innen der TU Dortmund erforschen, wie sich intensives Sporttreiben auf das Immunsystem und Wohlbefinden bei Menschen auswirkt, die an Multipler Sklerose (MS) erkrankt sind. Für eine aktuelle Studie zu intensivem Intervalltraining werden Personen mit schubförmig-remittierender MS im Alter zwischen 18 und 50 Jahren gesucht. Bisherige Studien zeigen bereits, dass gezielte Bewegungsinterventionen die Symptome der MS lindern und die Lebensqualität verbessern können.

Weltweit leiden etwa 2,9 Millionen Menschen an MS, davon nach Zahlen des Bundesversicherungsamtes mehr als 280.000 in Deutschland. MS ist eine chronisch-entzündliche Erkrankung des zentralen Nervensystems mit maßgeblicher Beteiligung des erworbenen Immunsystems. Die anti-entzündliche Wirkung von regelmäßigem Sport wird als ein zentraler Mechanismus für ein verbessertes Wohlbefinden vermutet – und wurde bereits in MS-Tiermodellen nachgewiesen. Inwiefern sich ein mehrwöchiges intensives Intervalltraining auf das Immunsystem von MS-Betroffenen auswirkt, ist jedoch noch nicht ausreichend untersucht.

Hier setzt die Forschung von Prof. Philipp Zimmer an. Er hat am Institut für Sport und Sportwissenschaft der TU Dortmund seit 2021 die Professur für „Leistung und Gesundheit (Sportmedizin)“ inne. „Unsere bisherigen Untersuchungen weisen darauf hin, dass ein hochintensives Intervalltraining dem moderaten Ausdauertraining hinsichtlich Verbesserungen MS-assoziiierter Biomarker überlegen ist“, sagt Prof. Zimmer. „Daher möchten wir nun die Effekte dieser Trainingsform auf zelluläre und molekulare Aspekte des Immunsystems tiefergehend untersuchen.“ Teilnehmer\*innen vergangener Studien betonten stets die Abwechslung, den Spaß und die Effektivität des intensiven Intervalltrainings.

Die Arbeitsgruppe sucht für ihre aktuelle Studie Menschen mit schubförmig-remittierend verlaufender MS im Alter zwischen 18 und 50 Jahren. Die Teilnehmenden absolvieren ein 12-wöchiges intensives Intervalltrainings-Programm auf einem Fahrradergometer und erhalten im Rahmen einer umfangreichen Diagnostik zusätzlich detaillierte Informationen zu ihrer körperlichen Leistungsfähigkeit und dem Immunstatus. Die klinische Studie wird unterstützt von der Deutschen Multiple Sklerose Gesellschaft Nordrhein-Westfalen (DMSG NRW), dem Klinikum Dortmund sowie dem St. Barbara Hospital in Gladbeck.

### Mehr Informationen zur Studie:

<https://sport.kmst.tu-dortmund.de/details/default-2b9b179428-35610/>

### Ansprechperson für Rückfragen:

Prof. Dr. Dr. Philipp Zimmer

E-Mail: [MS-Sport-Studie.fk16@tu-dortmund.de](mailto:MS-Sport-Studie.fk16@tu-dortmund.de)

Tel.: 0231-755-90132

Kontakt:  
Lena Reil  
Telefon: (0231) 755-5449  
Fax: (0231) 755-4664  
[lena.reil@tu-dortmund.de](mailto:lena.reil@tu-dortmund.de)