



Informationen für die Teilnehmer

KaR-Studie – Körperlich aktiv in Regensburg

**Sehr geehrte Studienteilnehmerin,
sehr geehrter Studienteilnehmer,**

wir möchten Sie einladen an der KaR-Studie – Körperlich aktiv in Regensburg teilzunehmen. Im Folgenden haben wir für Sie einige Informationen zur Studie zusammengestellt.

Ihr Team vom Studienzentrum Regensburg

Weshalb wird die Studie durchgeführt?

Der menschliche Körper ist für Bewegung geschaffen. Unter körperlicher Aktivität versteht man jede Bewegung des Körpers, die mit einer Kontraktion der Muskulatur einhergeht und den Energieverbrauch über den Ruhebedarf hinaus steigert. Sie ist wichtig für Gesundheit und Lebensqualität und umfasst viele Sport- und Freizeitaktivitäten, aber auch tägliche Verrichtungen wie zügiges Gehen, Hausarbeit und körperlich anstrengende Berufstätigkeit (z. B. Maurer).

Es ist jedoch nicht einfach die körperliche Aktivität zu messen. Um in allen Mitgliedsländern der Europäischen Union das Bewegungsverhalten zu vergleichen, wurde ein kurzer Fragebogen entwickelt. Im Zuge der Entwicklung dieses Fragebogens ist es notwendig, dessen Eignung zu überprüfen. So sollen in der KaR-Studie z. B. Ihre Angaben aus dem Fragebogen mit den Ergebnissen aus objektiven Messungen (z. B. Fahrradergometer) verglichen werden. Sie brauchen jedoch keine Befürchtungen haben, dass Sie für diese Studie sportlich sein müssen oder dass Sie im Rahmen der Studie zu mehr sportlicher Aktivität aufgefordert werden. Wir interessieren uns lediglich für Ihre üblichen, ganz alltäglichen Bewegungsgewohnheiten.

Wie wurde ich ausgewählt?

Sie wurden mit Hilfe eines Zufallsverfahrens aus dem Einwohnermelderegister ausgewählt. Die Kriterien für die Auswahl waren, dass Sie Ihren Hauptwohnsitz in der Stadt Regensburg haben und zwischen 15 und 79 Jahre alt sind.

Was beinhaltet die Teilnahme an der Studie?

Im Studienzentrum werden Sie zunächst ausführlich über den Ablauf der Befragung und Untersuchungen sowie über Fragen zum Datenschutz informiert. Danach werden Sie gebeten die Einverständniserklärung zu unterschreiben. Das dann folgende Programm umfasst nachfolgende Untersuchungen und Befragungen:

- Befragung, unter anderem zu Alter, Familienstand, Herkunft, Schulbildung, Beruf, Gesundheitszustand, (Vor-)Erkrankungen, Medikamenteneinnahme und Lebensstil

- Erfassung der körperlichen Aktivität (Fragebogen)
- Messung von Körpergröße, Körpergewicht, Taillen- und Hüftumfang
- Messung der Körperzusammensetzung (Bioelektrische Impedanzanalyse)
- Messung von Blutdruck und Puls
- Messung der Handgreifkraft
- 10-Sekunden-Ruhe-EKG
- Untersuchung der körperlichen Fitness mit Hilfe eines Fahrradergometers, Messung der Herzfrequenz mit Hilfe eines Brustgurtes
- Messung der körperlichen Aktivität mit Hilfe eines tragbaren Aufzeichnungsgerätes über 7 Tage (Akzelerometer)
- Erfassung der Aktivitäten während der Tragezeit des Akzelerometers (7-Tage-Aktivitätsprotokoll)

Das gesamte Untersuchungsprogramm wird etwa 2 Stunden in Anspruch nehmen.

Wer organisiert und finanziert die Studie?

Die Studie wird am Standort Regensburg vom Institut für Epidemiologie und Präventivmedizin der Universität Regensburg durchgeführt.

Die Studie wird aus öffentlichen Mitteln des Robert Koch-Instituts, Berlin finanziert.

Welchen Nutzen habe ich von einer Studienteilnahme?

Bei Ihrem Besuch im Studienzentrum werden verschiedene medizinische Untersuchungen durchgeführt. Wir senden Ihnen zu einem späteren Zeitpunkt einen gut verständlichen Brief mit Ihren Untersuchungsergebnissen per Post zu. Falls es sinnvoll ist, aufgrund der Ergebnisse einen Arzt aufzusuchen, werden wir Sie explizit darauf hinweisen. Wir möchten jedoch betonen, dass eine Studienteilnahme nicht mit einem allgemeinen Gesundheits-Check zu vergleichen ist und keine ärztlichen Diagnosen von uns gestellt werden. Sie bekommen nur die wichtigsten medizinischen Ergebnisse mitgeteilt.

Kostet die Teilnahme etwas?

Die Teilnahme an der Studie inklusive aller Untersuchungen ist kostenlos. Im Studienzentrum erhalten Sie außerdem kostenlos Getränke und einen kleinen Imbiss.

Wie wird Datenschutz und die Sicherung meiner Privatsphäre gewährleistet?

Im Rahmen der Studie wird größter Wert auf die Einhaltung von datenschutzrechtlichen Bestimmungen, der Wahrung der Privatsphäre sowie die Vertraulichkeit der Daten gelegt. Das Datenschutzgesetz sowie alle weiteren wichtigen gesetzlichen Regelungen werden berücksichtigt. Die einzelnen Untersuchungen und mündlichen Befragungen finden in Räumen statt, in denen stets nur ein/e Teilnehmer/in untersucht oder befragt wird.

Ihre Kontaktdaten (Name, Anschrift, Telefonnummer) werden streng getrennt von den Befragungs- und Untersuchungsdaten aufbewahrt. Sie werden für eventuelle Rückfragen und für die Zusendung des Ergebnisberichts gespeichert und sind dort vor fremdem Zugriff geschützt. Es werden nur wenige Personen mit vertraglich geregelten Zugriffsrechten Zugang zu Ihren persönlichen Daten haben.

Was passiert mit meinen Daten?

Ihre Kontaktdaten (Name, Anschrift, Telefonnummer) werden getrennt von Ihren Gesundheitsdaten gespeichert, um Ihnen eventuell den Ergebnisbericht zuzuschicken und Rückfragen zu ermöglichen. Die von Namen und Anschrift getrennten Ergebnisse der Befragung und Untersuchungen werden für die Bearbeitung wissenschaftlicher Fragestellungen verwendet.

Gehe ich durch eine Teilnahme irgendwelche Risiken ein?

Eine Teilnahme an der Studie ist mit keinem nennenswerten Risiko verbunden. Alle körperlichen Untersuchungen im Studienzentrum werden von erfahrenem und geschultem medizinischen Personal durchgeführt.

Wenn Sie während der Befragung bestimmte Fragen nicht beantworten möchten oder können, haben Sie jederzeit die Möglichkeit, diese zu überspringen.

Im Rahmen des Fahrradergometer-Tests kommt es zu einer Belastung des Bewegungsapparates und des Herz-Kreislauf-Systems. In seltenen Fällen können bei der Durchführung dieser Tests unerwartete gesundheitliche Ereignisse (z. B. Schwindelgefühl, Gelenkschmerzen, Herzrhythmusstörungen oder Kreislaufprobleme) auftreten. Um das Risiko hierfür so gering wie möglich zu halten, prüfen wir vor dem Test sorgfältig, ob für Sie ein erhöhtes gesundheitliches Risiko unter körperlicher Belastung besteht. Nur wenn keine medizinischen Gründe dagegen sprechen, lassen wir Sie an dem Test teilnehmen. Für den seltenen Fall von verzögerten Komplikationen werden Sie nach dem Fahrradergometer-Test ca. 1 Stunde lang im Studienzentrum beobachtet.

An wen kann ich mich wenden?

Wenn Sie Fragen zur Studienteilnahme haben, erreichen Sie uns telefonisch von Montag bis Freitag 9 bis 16 Uhr unter der Rufnummer **0941/944-5240**. Ihre Ansprechpartnerin für Rückfragen ist Frau Dr. Beate Fischer, Institut für Epidemiologie und Präventivmedizin, Franz-Josef-Strauß-Allee 11, 93053 Regensburg.

Wie kann ich meine Einverständniserklärung widerrufen?

Die Teilnahme an der Studie ist grundsätzlich freiwillig. Sie haben jederzeit die Möglichkeit Ihr Einverständnis schriftlich, ohne Angabe von Gründen beim Studienzentrum Regensburg, Institut für Epidemiologie und Präventivmedizin, Franz-Josef-Strauß-Allee 11, 93053 Regensburg zu widerrufen. Es werden Ihnen dadurch keinerlei Nachteile entstehen.