

## Gesunde Studienteilnehmer:innen gesucht

Das **Zentrum für Klinische Studien** der Medizinischen Hochschule Hannover am Clinical Research Center (CRC) sucht für die Studie mit dem Titel **Einfluss des Ernährungs- und Bewegungsverhaltens auf das Körpergewicht, die Körperzusammensetzung, die erweiterten Vitalparameter und die Lebensqualität** interessierte und gesunde Studienteilnehmer:innen.

**Hintergrund:** Es wird angenommen, dass sich schon einfache Anpassungen des Bewegungs- und des Frühstücksverhaltens auf das Körpergewicht, die Körperzusammensetzung, verschiedene Vitalparameter aber auch auf die Lebensqualität auswirken können. So konnte gezeigt werden, dass allein der morgendliche Verzehr von Müsli mit einem geringeren Body-Mass-Index (BMI) und somit geringerem Risiko für Übergewicht einhergehen kann.

### Teilnahmekriterien:

- Gesunde Studienteilnehmer:innen
- Alter  $\geq$  18 Jahre
- Body-Mass-Index 18 - 40 kg/m<sup>2</sup>

**Studiendesign:** Bei der Erstuntersuchung im CRC werden Daten mittels Fragebögen sowie nicht-invasiver Messungen erhoben wie z.B. Messung von Körpergröße und -gewicht, Blutdruck, Puls, EKG und Erhebung der Körperzusammensetzung mittels des BodPod®-Geräts (s. Abb.).

Wenn Sie hierüber hinaus bereit sind, für vier Wochen morgendlich **Müsli zu frühstücken** oder sich jeden Tag **30 Minuten zusätzlich zu bewegen**, würden wir uns freuen, wenn Sie zusätzlich an einer Verlaufsuntersuchung teilnehmen würden und neben der Anpassung Ihres Frühstücks- oder Bewegungsverhaltens Ihr jeweiliges Frühstücks- und Bewegungsverhalten in einem von uns zur Verfügung gestellten Tagebuch dokumentieren würden und nach Abschluss der 4 Wochen zu einer zweiten Untersuchung ins CRC kommen würden, bei der dieselben Untersuchungen wie bei der Erstuntersuchung durchgeführt werden.



## Interesse geweckt oder weitere Fragen?

### Dann melden Sie sich gerne bei:

Frau Alessia Lunow – ECTU, MHH, Tel. 0511-5350-8351, Email: Lunow.Alessia@mh-hannover.de

Frau Leonie Kschionsko – ECTU, MHH, Tel. 0511-5350-8378, Email: Kschionsko.Leonie@mh-hannover.de