



**GALILEO PAH CTEPH HOME**

-heimbasierte Trainingsstudie-

**Training auf einer Vibrationsplatte konnte die Belastungstoleranz und Lebensqualität bei Patienten mit pulmonal arterieller Hypertonie verbessern. Heimbasierte Trainingsfolgestudie angelaufen.**

Bei Patienten mit pulmonal arterieller Hypertonie (PAH) können zusätzlich zur gezielten medikamentösen Therapie supportive Maßnahmen sinnvoll sein. In einer Pilotstudie wurde der Effekt und die Sicherheit eines oszillatorischen Ganzkörper-Vibrationstrainings („whole body vibration“- WBV) bei Patienten mit stabiler PAH untersucht. WBV verbesserte bei 22 Patienten mit PAH auf stabiler spezifischer Therapie signifikant die Belastungstoleranz und die Lebensqualität. Diese Methode könnte in strukturierte Trainingsprogramme einfließen und bietet die Möglichkeit für ein heimbasiertes Langzeit-Training. Eine nun neu aufgelegte Studie im PH-Zentrum in Köln ermöglicht klinisch eingeschränkten Patienten mit einer PAH oder CTEPH (Nizza Klasse 1 oder 4) nun, ein **heimbasiertes** 3-monatiges Trainingsprogramm zu absolvieren.

**Häufig gestellte Fragen:**

*1. Wie lange dauert die Trainingstherapie?*

Im Rahmen der Studie gibt es zwei Patientengruppen. Eine Hälfte der Patienten trainiert 3 und die andere Hälfte 6 Monate. Welcher Patientengruppe Sie angehören werden, entscheidet das Los.

*2. Wie oft muss ich hierzu nach Köln kommen?*

Auch das ist abhängig davon, welcher Gruppe Sie zugeteilt werden. Die Patienten, die 3 Monate trainieren, müssten insgesamt 3 Mal nach Köln kommen. Die Patienten, die 6 Monate trainieren, müssten insgesamt 5 Mal nach Köln kommen.

*3. Wie erhalte ich das Trainingsgerät?*

Die Vibrationsplatte wird im Herzzentrum der Uniklinik Köln in ihren PKW geladen. Das setzt somit voraus, dass Sie zumindest zum ersten und letzten Termin mit einem PKW anreisen.

*4. Werden im Rahmen der Studie Kosten übernommen?*

Nein.

*5. Gibt es Kriterien die mich von der Studie ausschließen ?*

Ja. Insbesondere Patienten, die Hüft- oder Knieprothesen haben oder beim Gehen stark durch Schmerzen eingeschränkt sind, können leider nicht am Training teilnehmen.

Interessierte Patienten können sich im Zentrum für pulmonale Hypertonie unter:

[Training@uk-koeln.de](mailto:Training@uk-koeln.de) oder per Post

**Zentrum für pulmonale Hypertonie, Herzzentrum der Uniklinik Köln**  
**Stichwort „GALILEO“, Kerpenerstr. 62, 50937 Köln** melden.

Bitte in der E-Mail/Post unbedingt angeben:

- Name, Vorname
- Geburtsdatum
- Telefonnummer
- Datum und Distanz der letzten 6-Minuten Gehstrecke