

Peter Hofmann, Institut für Bewegungswissenschaften, Sport und Gesundheit
Der Trainingswissenschaftler Peter Hofmann arbeitet mit seiner Arbeitsgruppe "Leistungsphysiologie, Training & Trainingstherapie" an aktuellen Studien zur Bedeutung von körperlicher Aktivität und Sport in der Prävention von Erkrankungen sowie zur Wirkung von körperlichem Training auf bereits erkrankte Personen. Dabei stehen dringende Fragen zur richtigen Dosierung des Trainings bei unterschiedlichen PatientInnengruppen im Vordergrund. Seine aktuelle Forschung entwickelt optimierte Strategien für die Trainingstherapie, d.h. für die Behandlung von chronisch Erkrankten durch körperliches Training.

Noch eine Frage für die Zukunft:

#93

Wie laufen wir dem Krebs davon?

KEY FINDING

Die positive Wirkung von körperlichem Training bei 26 chronischen Erkrankungen ist bereits nachgewiesen. Beispielsweise erhöht eine Trainingstherapie bei chronischen Erkrankungen wie Krebs sogar die Wirksamkeit der Behandlung, kann Nebenwirkungen der Therapie positiv beeinflussen und Heilungschancen verbessern. Die optimale Dosierung des Trainings muss dabei aber genau abgestimmt und kontrolliert werden. Ein neu entwickeltes Modell ermöglicht eine optimierte Steuerung der Trainingsbelastung von gesunden wie auch kranken Personen.

WAS MACHT SIE ALS FORSCHUNGSPARTNER INTERESSANT?

Meine Forschungsgruppe hat langjährige Erfahrung in der Steuerung von Umfang und Intensität körperlicher Aktivität bei gesunden wie auch chronisch kranken Personen. Momentan erproben wir unser aktuelles Modell an einer großen Zahl an PatientInnen.

WIE KÖNNTE SICH IHRE FORSCHUNG AUF DIE GESELLSCHAFT AUSWIRKEN?

Die globalen Gesundheitsprobleme Übergewicht, Typ-II-Diabetes und andere Stoffwechselerkrankungen sowie Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Krebs können mit einer optimierten Trainingstherapie besser behandelt werden. Dadurch lassen sich Lebensqualität, Fitness und Symptome verbessern und sogar die Erkrankung selbst positiv beeinflussen.

VOR WELCHEN HERAUSFORDERUNGEN STEHEN SIE GERADE?

Die Intensität des Trainings und diesbezügliche Vorgaben sind bereits gut erforscht. Wir arbeiten gerade an der Bedeutung der Belastungsdauer für die einzelnen Trainingseinheiten. Ein Modell, das wir aktuell entwickeln, soll diese Kenngröße steuern und optimieren.

WARUM FORSCHEN SIE GERADE AN DER UNIVERSITÄT GRAZ?

Die traditionelle, langjährig erprobte Herangehensweise im eigenen Fachbereich bedeutet einen Startvorteil in unserer Forschung. Darüber hinaus können viele Fragen in Kooperationen mit internationalen KollegInnen erforscht werden.

We work for
tomorrow

www.uni-graz.at



Peter Hofmann, Institute of Human Movement Science, Sport and Health

With his research group “Exercise Physiology, Training & Training Therapy”, training scientist Peter Hofmann is currently conducting research on the importance of physical activity and sport for disease prevention as well as the effects of exercise training on already ill persons. The main focus is on urgent questions regarding a correct training dose for different patient groups. The current research aims are to develop optimised strategies for training therapy, i.e. for the treatment of chronically ill patients applying exercise training.

#93

Another question with an eye to the future:

How can we run away from cancer?

WHAT MAKES YOU ATTRACTIVE AS A RESEARCH PARTNER?

My research group has extensive experience regulating the amount of physical activity levels and intensity in both healthy and chronically ill individuals. Currently we are testing our actual model on a large number of patients.

WHAT IMPACT COULD YOUR RESEARCH HAVE ON SOCIETY?

Global health problems, including obesity, type II diabetes and other metabolic diseases as well as cardiovascular diseases and cancer, can be better treated with optimised training therapy. This therapy can improve person's quality of life, their fitness levels, symptoms such as pain or fatigue, and even exert positive influences on the disease itself.

WHAT IS YOUR GREATEST CHALLENGE AT THE MOMENT?

There has already been a lot of research carried out on the intensity of training and related guidelines. We are currently working on the importance of the duration of the individual training units. A model that we are currently developing is intended to control and optimise this parameter.

WHY ARE YOU DOING RESEARCH AT THE UNIVERSITY OF GRAZ?

The traditional, tried and tested approach that we follow in our own department has given us a head start in our research. In addition, many questions can be investigated in cooperation with international colleagues.

KEY FINDING

Evidence of the positive effects of exercise training have already been proven for 26 chronic diseases. For example, even in cancer training therapy increases the treatment's efficacy, can positively influence the side effects of the therapy and improve chances of recovery. The optimal training dosage however, still needs to be precisely coordinated and controlled. A newly developed model makes it possible to control the training load for both healthy and sick people.

We work for
tomorrow

www.uni-graz.at

