



Steinacker JM

**Prävention und Autonomie – Gedanken zum neuen Präventionsgesetz**

Prof. Jürgen M. Steinacker, Hauptschriftleiter der DZSM, teilt in der letzten Ausgabe dieses Jahres seine Gedanken zum neu gefassten Präventionsgesetz. Menschen sollen zu mehr Bewegung angehalten werden. Die Entscheidung, körperlich aktiv zu sein, obliegt letztlich jedoch jedem Menschen ganz allein. Ärzte können nur beraten. Deshalb werden neue Ansätze wie „Peer-to-peer“ und „Active choices“ in der Gesundheitsförderung immer wichtiger und zukünftig notwendig sein.

S. 315

## WISSENSCHAFTLICHE BEITRÄGE

Furrer R, Handschin C

**Exercise and PGC-1 $\alpha$  in Inflammation and Chronic Disease**

Die Arbeitsgruppe um Handschin hat international herausragende Beiträge zum Koaktivatorprotein PGC-1 $\alpha$  geleistet. Es gilt als zentraler Regulator zur Anpassung des Skelettmuskels an Ausdauertraining, ist bedeutend für die Oxidation des Stoffwechsels und stimuliert die Epithelzellen zur Bildung von Blutgefäßen. PGC-1 $\alpha$  wirkt sich auch auf die neuronale Koppung aus und kontrolliert zudem Entzündungsreaktionen im Muskel.

S. 317

Kemmler W, Teschler M, Weissenfels A, Froehlich M, Kohl M, von Stengel S

**Ganzkörper-Elektromyostimulation versus HIT-Krafttraining – Einfluss auf Körperzusammensetzung und Muskelkraft**

Gibt es signifikante Unterschiede auf Körperzusammensetzung und Muskelkraft bei Ganzkörper-Elektromyostimulationstraining (WB-EMS) und HIT? Die Autoren um Kemmler et al. untersuchten 46 Männer mittleren Alters über einen Zeitraum von 16 Wochen, konnten aber ihre Hypothesen zugunsten des HIT nicht bekräftigen. EMS hingegen scheint in dieser Personengruppe zumindest zeiteffizienter zu sein.

S. 321

Kuni B, Rühling NE, Wagner F, Hegar U, Roth C, Schmitt H

**Das übergewichtige Kind – kann Ballsport Defizite ausgleichen?**

Kuni et al. ermitteln aus ihrer Stichprobe, inwiefern sich Ballsport positiv auf die Gelenke von Kindern auswirkt. Dabei vergleichen sie Mädchen und Jungen mit und ohne Übergewicht hinsichtlich Hüftstellung und Beinachsen. Es zeigt sich nach Ballsporttraining eine bessere Hüftabduktion, aber auch eine Korrektur valgischer Knie – ein Befund, der zur frühzeitigen körperlichen Aktivität raten lässt.

S. 328

Kuni B, Rühling NE, Wagner F, Hegar U, Roth C, Schmitt H

**Do Overweight Children Stand on Valgus Knees?**

Die Autoren untersuchen in diesem zweiten Artikel nun mögliche Zusammenhänge zwischen Übergewicht bei Kindern und muskuloskelettalen Veränderungen ihrer Gelenke. Sie vergleichen dazu Gruppen übergewichtiger Kinder mit nicht übergewichtigen Kindern. Das valgische Knie ist bei den übergewichtigen Kindern signifikant häufiger anzutreffen und besonders ihre Sprunggelenke sind doppelt so häufig verletzt.

S. 332

## DOSSIER

**DAS AUGEN IM BLICK**

S. [D1]

**HEPA EUROPE 2015:**

S. [D4]

»Promoting Active Living: The Collaborative Perspective«

**LEISTENSCHMERZEN –**

S. [D5]

eine besondere interdisziplinäre Herausforderung

**SPRUNGGELENKORTHESE LEVAMED® STABILI-TRI®:**

S. [D6]

Schneller wieder mobil in drei Phasen

**PROF. DR. JÜRGEN M. STEINACKER**

S. [D7]

ERHÄLT HUFELAND-PREIS 2014

**ISPO MUNICH 2016:**

S. [D8]

Interview mit Dr. Robert Schleip: »Faszientraining – Spannkraft für das unsichtbare Netz«

Der Körper weiß, was ihm gut tut

S. [D9]

Faszientraining-Tools

S. [D9]

**GENUTRAIN-BANDAGEN:**

S. [D10]

Gezieltes Bewegungstraining gegen Knieschmerzen

**Rubriken**

Buchbesprechung

S. [D6]

Im Fokus

S. [D6]

Info kompakt

S. [D7]

## DGSP AKTUELL

**Termine**

S. [D11]

**Verbandsadressen**

S. [D12]