



Nationale Gesundheitsförderungs-Konferenz 2017

19. Januar 2017, Neuenburg

Stand: Dienstag, 13. September 2016

Referierende/r

Heike A. Bischoff-Ferrari, Prof. Dr. Dr. med., Klinikdirektorin und Lehrstuhl für Geriatrie und Altersforschung, Universitätsspital Zürich

Referat

DO-HEALTH – wie können wir gesünder älter werden?

Inhalt

DO-HEALTH ist die grösste Altersstudie Europas zum Thema “gesund älter werden”.

Ziel von DO-HEALTH ist über eine bessere Gesundheit die Selbständigkeit und Lebensqualität älterer Menschen in der Schweiz und Europa zu fördern. Konkret wird die individuelle und kombinierte Wirkung von 3 präventiven Massnahmen in einem randomisiert-kontrollierten Studiendesign bei Senioren im Alter 70+ aus 5 Ländern untersucht. 1005 der insgesamt 2158 DO-HEALTH Senioren stamen aus der Schweiz (Zürich, Basel, Genf). Wichtige Endpunkte sind das Knochenbruchrisiko, Beinfunktion, Blutdruck, Gedächtnisfunktion, und Infektrisiko. Die 3 untersuchten Massnahmen sind Vitamin D, Omega-3 Fette und ein einfaches Trainingsprogramm für zu Hause. Ausserdem soll DO-HEALTH wichtige Lücken in der Altersmedizin schliessen (z.B. Definition von Labor Normalwerte für Menschen im Alter von 70+ Jahren) und über innovative Studientechnologien die Teilnahme älterer Menschen an klinischen Studien und Kommunikation von Studienresultaten an die Hausärzte und ältere Bevölkerung fördern.