

Ihre Vorteile bei einer Studienteilnahme

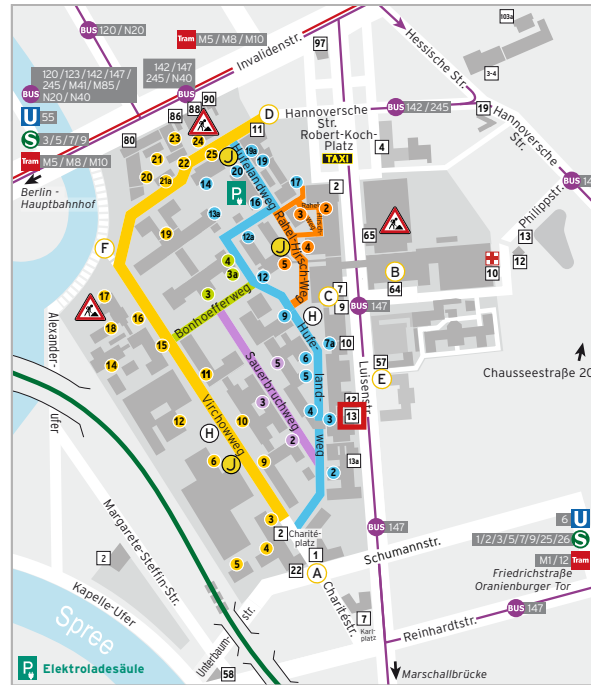
- Kostenlose Schulung für ein speziell erstelltes Akupressurschema
- ein zufällig ausgewählter Teil der Teilnehmer:innen erhält eine erweiterte körperliche Untersuchung (Lunge, Blutdruck, Muskelkraft, Konzentrationstest)
- Sie erhalten ärztliche Beratung und Aufklärung zum Krankheitsverlauf
- Sie tragen dazu bei, dass bei positivem Ergebnis der Studie ggf. neue Therapiemaßnahmen in der Behandlung von chronischer Fatigue Post-COVID-19 etabliert werden.

So sieht Ihre Teilnahme aus

- Sie nehmen an einem ärztlichen Gespräch (ca. 45 Minuten) teil
- Ein Teil der Studienteilnehmer:innen erhält drei ausführliche körperliche Untersuchungen
- Sie füllen 3-mal in 4 Monaten einen Fragebogen aus (ca. je 20-30 Minuten)
- Sie führen Qigong Übungen und Akupressur angeleitet zu Hause durch
- Sie erhalten ein Tagebuch, welches Ihnen hilft die Studientherapien durchzuführen.
- Die Teilnahme und die Studienmaterialien sind für Sie kostenlos.

Helfen Sie mit, die Wirksamkeit alternativer Therapieverfahren zu erforschen!

Wir würden uns freuen, wenn Sie Interesse an der Studie hätten und sich bei uns melden.



Verantwortlich für die Studie

Dr. Joanna Dietzel (Studienkoordination)
Dr. Miriam Ortiz (Studienärztin)
Prof. Dr. Benno Brinkhaus (Studienleiter)

Hochschulambulanz für Naturheilkunde
Charité - Universitätsmedizin Berlin
Luisenstr. 13, 10117 Berlin



Gefördert durch die
Karl und Veronica Carstens-Stiftung

Weitere Informationen

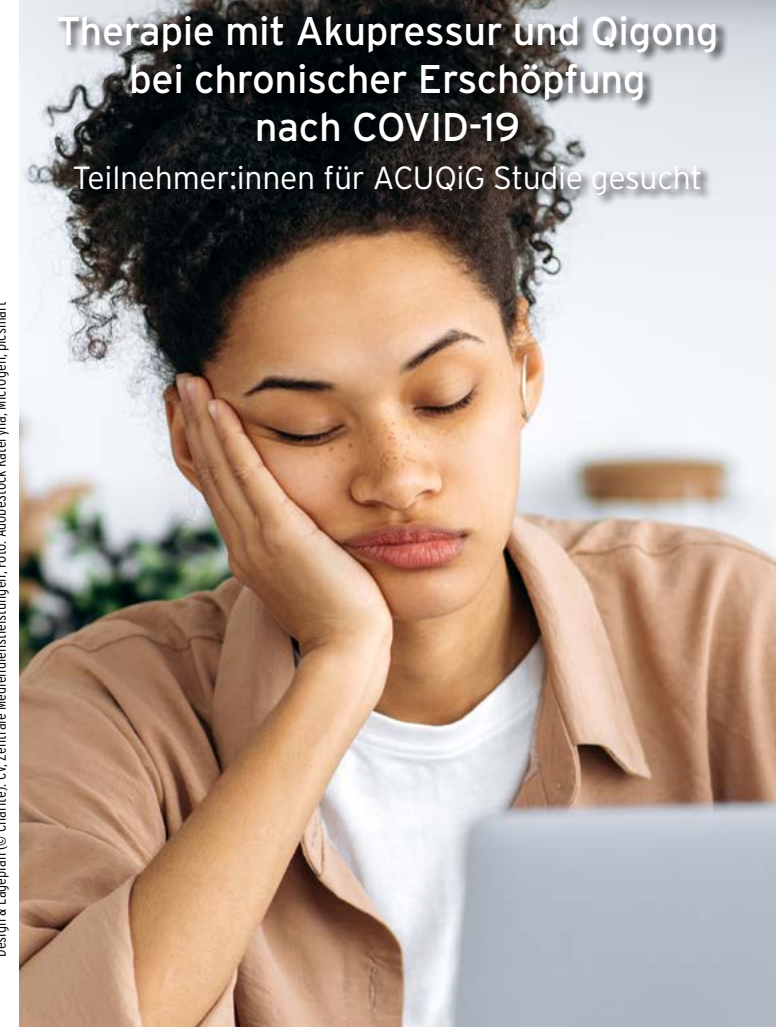
ACUQiG Studiensekretariat
Telefon: 030 - 450 529 147
E-Mail: acuqig@charite.de



Institut für Sozialmedizin, Epidemiologie
und Gesundheitsökonomie
Hochschulambulanz für Naturheilkunde

**Therapie mit Akupressur und Qigong
bei chronischer Erschöpfung
nach COVID-19**

Teilnehmer:innen für ACUQiG Studie gesucht





Chronische Erschöpfung (Fatigue)

Derzeit leiden etwa 10% der Personen, die sich mit SARS-CoV-2 infiziert haben, an monatelangen Folgesymptomen (Post-COVID-19). Vorrangig finden sich die Beschwerden Fatigue mit Tagesmüdigkeit, Konzentrationsstörungen, Schlafstörungen, Riech- bzw. Geschmacksstörungen und Kopfschmerzen.

Die Therapie besteht bislang vor allem in Schonung und Ruhe und der bedarfsweisen Gabe von Schlaf- und Schmerzmitteln, eine spezifische Therapie existiert bisher nicht. Immer mehr Menschen wenden sich daher alternativer Therapieverfahren zu, deren Wirkung nicht oder nur zum Teil belegt ist.

Für die ACUQiG Studie werden ausschließlich Teilnehmer:innen mit chronischer Erschöpfung und weiteren Symptomen gesucht, die nach einer nachweislichen Infektion mit SARS-CoV-2 (COVID-19) aufgetreten sind.

Ziel der Studie

In der ACUQiG Studie wird untersucht, welche Effekte eine 8 Wochen lange Kombinationstherapie aus Akupressur plus Qigong auf die Post-COVID-19-Symptome haben. Dazu vergleichen wir zwei Gruppen, die entweder Akupressur plus Qigong und naturheilkundliche Therapiestrategien erhalten, oder naturheilkundliche Therapiestrategien alleine anwenden.

Akupressur

Akupressur ist wie Akupunktur ein Verfahren aus der Chinesischen Medizin, bei dem bestimmte Punkte auf der Körperoberfläche stimuliert werden, mit dem Ziel Körperfunktionen zu beeinflussen. Die Akupressur wird ohne Nadeln durchgeführt, da die ausgewählten Punkte mit dem Finger stimuliert werden; sie kann bequem von zu Hause selbst durchgeführt werden.

Bei einer Akupressurschulung erlernen Sie, ausgewählte Akupunkturpunkte zu finden und täglich in einer festgelegten Abfolge jeweils 2-3 Minuten selbst bei sich zu massieren. Als Schulungsmaterial stellen wir Ihnen schriftliches und Videomaterial zur Verfügung.

Qigong

Qigong ist eine Form medizinischer Gymnastik und Teil der Chinesischen Medizin und wird in dieser Studie in Gruppenkursen live online angeleitet. Atemübungen und Visualisierung von bestimmten Bildern sind Teil der Übungsreihe. Ausgewählte Elemente gegen Erschöpfung und zur Stärkung werden erklärt und eingeübt.

Sie erhalten 2x pro Woche einen Link, um an einem live-angeleiteten Qigong à 45 Minuten teilzunehmen. Der Gruppen-Kurs findet über den Videokonferenzdienst „Zoom“ statt, und es gibt für Sie die Möglichkeit bei Bedarf anonym und mit ausgeschalteter eigener Kamera teilzunehmen.

Wer kann an der Studie teilnehmen?

Die wichtigsten Kriterien zur Teilnahme sind u.a.:

- Alter mindestens 18 Jahre maximal 60 Jahre alt
- Nachweis einer Infektion mit SARS-CoV-2 vor mehr als 12 Wochen
- Erhöhte Erschöpfung erst seit der Infektion mit SARS-CoV-2
- Zusätzliche Symptome wie Konzentrationsstörungen, Schmerzen, Riechstörungen oder Kurzatmigkeit
- Technische Ausrüstung vorhanden und Einwilligung, an online - Qigongkursen teilzunehmen (falls zugeteilt)
- Keine zeitgleiche Teilnahme an Studien, die ebenfalls neue Therapien gegen Post-COVID-19 testen.

Studienverlauf

In dieser Studie werden die Teilnehmer:innen per Zufall in zwei Gruppen eingeteilt:

Die eine Gruppe erhält zu Beginn der Studie eine Akupressurschulung, einen online Qigongkurs und einen naturheilkundlichen Ratgeber und die andere Gruppe erhält zu Beginn der Studie einen naturheilkundlichen Ratgeber und nach 4 Monaten die Akupressurschulung und einen Video-Qigongkurs. Die Studientherapie wird über 8 Wochen eigenständig zu Hause durchgeführt. Beide Gruppen können eine ärztlich verordnete Bedarfsmedikation für Post-COVID-19-Symptome weiterführen. Nach weiteren 8 Wochen bekommen alle Teilnehmer:innen einen weiteren Fragebogen.