**Informationen zur Studie über „Sport und Schmerz“**

Vielen Dank für Ihr Interesse an unserer Befragung!

Es handelt sich um die derzeit deutschlandweit größte epidemiologische Untersuchung zur Erfassung des Zusammenhangs von körperlicher Aktivität und dem Auftreten von chronischen Schmerzen.

Körperliche Aktivität wird in zahlreichen Leitlinien zur Behandlung chronischer Schmerzsyndrome empfohlen. Inzwischen ist bekannt, dass die richtige Dosis beim Sport über die Wirkung entscheidet. Darüber hinaus zeigen Leistungssportler im Vergleich zu Nicht- Sportlern eine veränderte Schmerzverarbeitung. Wie viel Sport gesund ist, ist zurzeit allerdings noch vollkommen unklar. Untersuchungen zur Häufigkeit und Ausprägung chronischer Schmerzen bei Sportlern, oder körperlich inaktiven Menschen, fehlen bislang.

**Ziel** dieser Studie ist es, ein besseres Verständnis für die optimale „Sport- Dosis“ zu erhalten. Mithilfe dieser Studienergebnisse sollen gezieltere Behandlungsstrategien entwickelt und dadurch langfristig eine Verbesserung der Versorgung von Patienten mit chronischen Schmerzstörungen erreicht werden.

Wir haben einen **Online-Fragebogen** erarbeitet, welcher den Zusammenhang zwischen Sport und Schmerz erfasst. Anhand standardisierter und international verwendeten Fragen werden nun erstmals Daten zur Häufigkeit und Charakteristik chronischer Schmerzen bei Personen mit unterschiedlichem Ausmaß an körperlicher Aktivität - vom Leistungssportler, über den Freizeitsportler, bis hin zum körperlich Inaktiven - erhoben.

**Mit Ihrer Teilnahme** können Sie dazu beitragen, die komplexen Zusammenhänge zwischen körperlicher Aktivität und chronischen Schmerzen besser zu verstehen, und eine Verbesserung in der Behandlung von Schmerzpatienten zu ermöglichen.

Das Ausfüllen der Fragen benötigt **nicht mehr als 10 Minuten**.

Die Teilnahme an der Befragung ist direkt unter folgenden Link möglich:

[**http://ww3.unipark.de/uc/sportschmerz/**](http://ww3.unipark.de/uc/sportschmerz/)

Unter den TeilnehmerInnen der Online-Befragung werden **4** **Amazon-Gutscheine im Wert von 50 Euro** verlost. Für die Teilnahme an der Verlosung müssten Sie uns am Ende der Befragung Ihre E-Mail- Adresse angeben. Eine rückwirkende Zuordnung Ihrer E-Mail- Adresse zu Ihrem Fragebogen ist nicht möglich.

Wenn Sie sich bereit erklären, diesen Fragebogen auszufüllen, werden Ihre Antworten selbstverständlich vertraulich behandelt und es werden keinerlei Informationen weitergegeben. Die Befragung ist von der Ethikkommission Heidelberg geprüft und erfolgt vollständig anonym.

An dieser Stelle möchten wir Ihnen noch einmal für Ihr Interesse und Ihre Teilnahme danken!

**Bei Fragen** wenden Sie sich bitte an: Nora Noack

Tel.: 06221-56-8219

E-Mail: Nora.Noack@med.uni-heidelberg.de

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | **T:\ext01\MED2-Schmerz\Muskuloskelettale Erkrankungen\CWP in Athletes\Rekrutierung\Eich Unterschrift.tif** |
| Dr. med. Jonas Tesarz | BA. Nora Noack | Prof. Dr. med. Wolfgang Eich |
| ProjektleiterKlinik für Allgemeine InnereMedizin & Psychosomatik | Medizinstudentin Universität Heidelberg | SektionsleiterSektion Integrierte Psychosomatik |