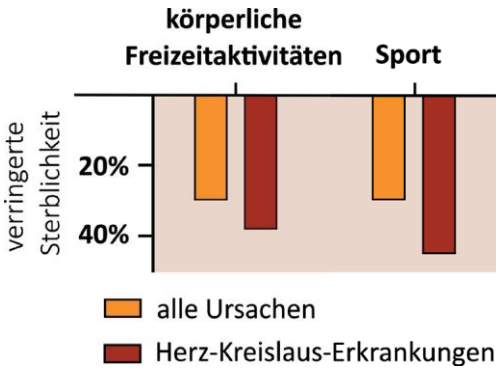
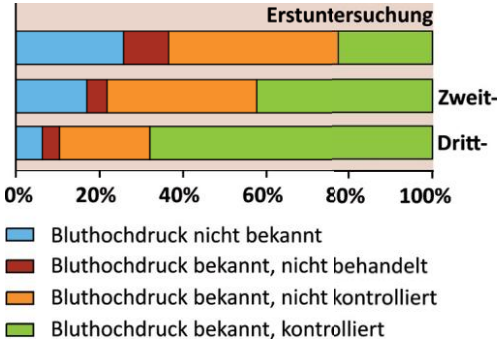
Es konnte gezeigt werden, dass TeilnehmerInnen, die häufiger Sport treiben oder in Ihrer Freizeit körperlich aktiv sind, ein 30 % geringeres Risiko hatten vorzeitig zu versterben.



Dies gilt insbesondere auch für die Sterbe-Wahrscheinlichkeit in Folge von Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Volkskrankheit Bluthochdruck



Schon in der Erstuntersuchung litten etwa 75 % aller CARLA-TeilnehmerInnen an Bluthochdruck d.h. sie hatten einen Blutdruck ≥ 140/90 mm/Hg oder nahmen ein blutdrucksenkendes Medikament ein. Der Anteil der TeilnehmerInnen, die zur Erstuntersuchung nichts von Ihrem erhöhten Blutdruck wussten, lag bei 26% und hat erfreulicherweise bis zur dritten Untersuchung auf nur 6% abgenommen.

Gleichzeitig ist der Anteil der TeilnehmerInnen, deren Bluthochdruck bekannt ist und ausreichend behandelt wird bis zur 2. Folgeuntersuchung deutlich von 22% auf 68% angestiegen.
Diese Verbesserung der Erfassung und Kontrolle von Bluthochdruck ist sicher auch auf die CARLA-Studie zurückzuführen.

Zusammenfassung

Erhobene Messwerte und Lebensstil-Faktoren können in Zukunft dazu beitragen, Risikogruppen für Erkrankungen frühzeitig zu erkennen und gezielt einen gesunden Alterungsprozess zu unterstützen.
Trotzdem ist weitere Alternsforschung wichtig und nötig.

CARLA-Team

Das Team der CARLA-Studie besteht aus Studienschwestern, Dokumentationsassistentinnen, technischen Assistentinnen, Wissenschaftlern verschiedener Fachdisziplinen und Studienärzten.

Für Fragen rund um die CARLA-Studie stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung:

Sekretariat
Telefon: 0345 557 3588
E-Mail: carlastudie@uk-halle.de

LEBEN mit ♥ in HALLE

HIER INVESTIERT EUROPA
IN DIE ZUKUNFT UNSERES LANDES.
www.europa.sachsen-anhalt.de

SACHSEN-ANHALT

EUROPÄISCHE UNION
EFRE
Europäischer Fonds für regionale Entwicklung

Die CARLA-Studie 2002 – 2020 BioSalsa

- Gesundes Altern in Halle -

Institut für Medizinische Epidemiologie, Biometrie und Informatik (IMEBI), Interdisziplinäres Zentrum für Altern Halle (IZAH) und Universitätsklinik und Poliklinik für Innere Medizin III (KIM III)

Medizinische Fakultät der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg

UKH Universitätsklinikum Halle (Saale)

Die CARLA-Studie 2002 - 2020

Seit Dezember 2002 tragen Bürgerinnen und Bürger der Stadt Halle mit der Teilnahme an der CARLA-Studie zur Beantwortung wissenschaftlicher Fragen bei.
Ziel der Studie war ursprünglich die Erfassung der Häufigkeit von Herz-Kreislauf-Erkrankungen in Halle und die Untersuchung von Risikofaktoren für solche Erkrankungen.
Zwischen 2007 und 2010 sowie 2013 fanden bereits 2 Folgeuntersuchungen statt, die wertvolle Erkenntnisse lieferten. Einige der Ergebnisse möchten wir Ihnen in diesem Flyer vorstellen.

In den kommenden Jahren 2020 und 2021 unterstützt die EU die CARLA-Studie mit der Finanzierung eines neuen Projekts: BioSalsa.
Dadurch widmet sich das CARLA-Team nun zusätzlichen Fragestellungen: Wie sieht gesundes Altern in Halle aus und sind wir mit Hilfe der CARLA-TeilnehmerInnen in der Lage neue Faktoren zu identifizieren, die gesundes Altern vorhersagen.

Dr. A. Kluttig
Studienkoordinator

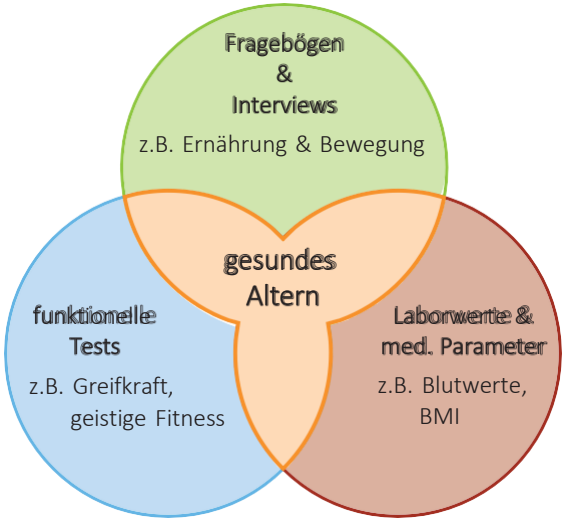
Prof. Dr. A. Simm
Leiter IZAH

Prof. Dr. R.Mikolajczyk
Institutsdirektor IMEBI

Prof. Dr. Daniel Sedding
Klinikdirektor KIM III

Die Idee hinter BioSalsa

Eine Kombination aus mehreren Forschungsansätzen wird eingesetzt, um gesundem Altern auf die Spur zu kommen.



Zusammen mit den Daten aus den 3 vorangegangenen CARLA-Untersuchungen sind wir in der Lage das Altern der TeilnehmerInnen jetzt zu beschreiben und gleichzeitig fast 20 Jahre in die Vergangenheit zu blicken um dort Messwerte zu finden, die eine Vorhersagekraft haben.
Diese Möglichkeit bietet sich nur in wenigen Studien innerhalb Deutschlands.

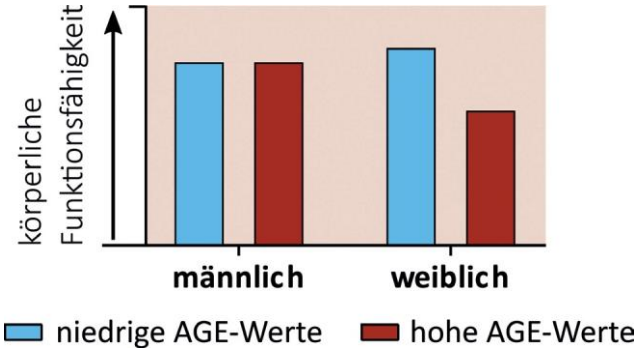
Technik die Mess-Ergebnisse schafft

Das CARLA-Team setzt auf moderne Technik wie 3D-Körper-Scanner (rechts), Beschleunigungsmesser (Akzelerometer), EKG und andere mehr um „Altern" umfangreich zu erfassen.
Aber auch scheinbar einfache Technik, wie der Greifkraftmesser erlaubt die Erhebung wertvoller Daten in wenigen Minuten.

Exemplarische Ergebnisse aus der CARLA-Studie

Verzuckerte Eiweiße & körperliche Einschränkungen

Verzuckerte Eiweiße (AGEs) entstehen im Körper, wenn hohe Zuckermengen über längere Zeit mit Gewebe oder Körperflüssigkeiten in Kontakt stehen.
Die CARLA-Studie macht sich zu Nutze, dass einige diese AGEs bei Aktivierung Licht aussenden. Dadurch kann ihr Gehalt in der Haut oder im Blut gemessen werden.



Die Untersuchung der AGEs im Blut der CARLA-Teilnehmerinnen konnte zeigen, dass bei Frauen eine Assoziation zwischen erhöhten AGE-Werten und Einschränkungen bei mittelschweren Tätigkeiten, wie Staubsaugen und beim Treppen-steigen besteht. Dieser Einfluss scheint unabhängig vom Alter und einer vorliegenden Zuckerkrankheit zu sein.
Bei männlichen Probanden hingegen konnte kein Unterschied gefunden werden.

Körperliche Aktivität und Langlebigkeit

In der CARLA-Studie wurden die TeilnehmerInnen nach der Häufigkeit und Dauer körperlicher Aktivität in der Freizeit z.B. Rad fahren und Laufen, Sport und körperlichen Aktivitäten während der Arbeit befragt.