

DIU Dresden International University  
Studiengang  
Präventions-, Therapie- und Rehabilitationswissenschaften

# **Bachelorarbeit**

Thema

## **Informationsvermittlung in der Sarkopenie-Prävention**

vorgelegt von: Meike Neumaier  
geboren am: 05.04.1996 in Villingen-Schwenningen  
Matrikelnummer: 7010108

zur

Erlangung des akademischen Grades

## **Bachelor of Science**

1. Gutachter: Frau Prof. Dr. Brixius  
2. Gutachter: Herr Bernhard Reichert, M.Sc. PT  
eingereicht am: 02.03.2022

## Abstrakt

**Hintergrund:** Die Alterszahlen der weltweiten Bevölkerung steigen. Das fördert das Auftreten komplexer Gesundheitszustände und geriatrischer Syndrome wie der Sarkopenie. Es handelt sich um einen altersbedingten Muskelabbau und eine hoch prävalente Krankheit, bei der die Prävention und ein gut ausgeprägter Wissensstand in der Bevölkerung eine wichtige Rolle spielen.

**Ziel:** Die vorliegende Arbeit leistet einen Beitrag, um die Sarkopenie in den gesellschaftlichen Vordergrund zu rücken und den Wissensstand der deutschen Bevölkerung über 50 Jahren zu erheben. Das primäre Ziel ist die Analyse und Darstellung der Auswirkungen einer Informationsvermittlung auf den Wissensstand. Es werden die Auswirkungen auf Alltags- und Verhaltensveränderungen untersucht und Unterschiede zwischen den Probanden ermittelt.

**Methodik:** Es wird eine experimentelle Studie mit zwei Messzeitpunkten und einer Intervention durchgeführt. Die Datenerhebung erfolgt quantitativ über zwei Onlineumfragen, die im Januar und Februar 2022 an die Probanden per E-Mail versendet wurden. Darin enthalten ist ein Informationsvideo, das die Intervention der Studie darstellt. Insgesamt 47 Rückläufe von ursprünglich 77 Probanden wurden als relevant eingestuft und für die statistische Datenauswertung genutzt.

**Ergebnisse:** Ein kleiner Teil der Probanden hat vor Umfragestart eine Vorstellung bzw. Vorkenntnisse von Sarkopenie. Der Wissensstand in der deutschsprachigen Bevölkerung kann dennoch zwischen moderat und hoch eingestuft werden. Das Interventionsvideo hat eine leichte Verbesserung des Wissensstands erbracht und positive Auswirkungen und Einflüsse auf den Alltag und das Verhalten genommen. Die Aufrechterhaltung der Veränderungen kann durch die einmalige Intervention und Informationsvermittlung nicht bei allen Probanden erzielt werden.

**Diskussion:** In Zukunft muss der Stellenwert von Informationsvermittlung in der Sarkopenie-Prävention weiter ausgebaut werden, um dem Krankheitsbild in seiner Bedeutsamkeit und Wichtigkeit gerecht werden zu können und die Gesellschaft vor sozialen, personellen und ökonomischen Folgen zu schützen.

**Schlüsselwörter:** „Sarkopenie“, „Prävention“, „Wissen“, „Informationsvermittlung“

## Abstract

**Background:** *The age of the global population is rising. This promotes the occurrence of complex health conditions and geriatric syndromes such as sarcopenia. Sarcopenia is an age-related muscle loss and a highly prevalent disease, in which prevention and a well-developed knowledge in the population play an important role.*

**Objectives:** *The present study contributes to bring sarcopenia into the focus of society and to survey the state of knowledge in the German population over the age of 50. The primary goal is to analyze and present the effects of information transfer on the level of knowledge. The effects on everyday life and behavioral changes are examined and differences between participants will be determined.*

**Methods:** *An experimental study with two measurement time points and one intervention is conducted. The data was collected quantitatively via two online surveys that are emailed to the participants in January and February 2022. They include an informational video that represents the intervention of the study. A total of 47 responses from original 77 participants were classified as relevant and were used for statistical data analysis.*

**Results:** *A small proportion of subjects had an idea or prior knowledge of sarcopenia before the start of the survey. Nevertheless, the level of knowledge in the German-speaking population can be classified as between moderate and high. The intervention video has slightly improved the level of knowledge and has had a positive impact and influence on everyday life and behavior. Due to the one-time intervention and information transfer, the maintenance of changes cannot be achieved in all participants.*

**Discussion:** *In the future, the importance of information transfer in the prevention of sarcopenia must be further strengthened in order to equately address the significance and importance of the disease and to protect society from social, personal and economic consequences.*

**Keywords:** *"sarcopenia", "prevention", "knowledge", "information transfer".*