



## Presse-Informationen

# Männer mit Muskelkrämpfen gesucht

*Studie untersucht, wie Elektrostimulation vorbeugen kann*

Köln, 30. Januar 2014

---

***Sie sind sportlich, männlich, 20 bis 40 Jahre alt und leiden regelmäßig an Muskelkrämpfen beim Sport, im Alltag oder in der Nacht? Dann nehmen Sie jetzt an einer Studie der Deutschen Sporthochschule Köln teil.***

Das Institut für Trainingswissenschaft und Sportinformatik erforscht eine neuartige Methode der Muskelkrampfprävention bei männlichen Sportlern mittels Elektrostimulation (EMS) der Wadenmuskulatur.

Die Methode konnte bereits die Krampfschwelle bei Personen ohne Krampfneigung erhöhen. Es besteht also die Möglichkeit, dass Probanden, die an Muskelkrämpfen leiden, etwas dagegen tun können. Ansatzpunkt der Untersuchung ist, dass es bislang ausschließlich medikamentöse Therapien zu Muskelkrämpfen zu geben scheint. Genau diese Nische könnte das EMS-Training als mögliche Therapie- oder Präventionsform besetzen.

Interessierte Männer können sich ab sofort anmelden. Innerhalb von drei Wochen nehmen die Testpersonen dann an sechs EMS-Trainingseinheiten (inklusive Eingangs-, Zwischen- und Ausgangstest) teil. In den darauffolgenden drei Wochen sind kurze Nachttests geplant. Ein Trainingstermin dauert ca. acht Minuten; ein Test ca. 20 Minuten.

Die Trainings und Tests finden an der Deutschen Sporthochschule statt:

**Deutsche Sporthochschule Köln**

**Am Sportpark Müngersdorf 6**

**50933 Köln**

**Institutsgebäude II, Labor**

### **Anmeldung**

Schreiben Sie eine E-Mail mit Ihren Kontaktdaten an:

[krampfstudie.dshs@gmail.com](mailto:krampfstudie.dshs@gmail.com)

**Der Rektor**  
The President

**Presse und Kommunikation**  
Public Relations and Communication

Am Sportpark Müngersdorf 6  
50933 Köln · Deutschland  
Telefon +49(0)221 4982-3850  
Telefax +49(0)221 4982-8400  
pressestelle@dshs-koeln.de  
www.dshs-koeln.de

Ihre Ansprechpartner:  
Sabine Maas (Leiterin)  
Julia Neuburg