

Sensationelle Ergebnisse der DKV-Parkinson Evaluation!

Liebe Dojoleiter,

es ist eine Sensation zu Beginn des neuen Jahres: Zum ersten Mal wurde Karate – und explizit DKV-Karate – als Therapiemöglichkeit von dem weltweit renommierten Wissenschaftsjournal „**Frontiers in Medicine**“ genannt- und das bei der bisher als unheilbar eingestuften Erkrankung Parkinson. Zugleich wird belegt, dass Karate ein geeignetes Training ist, um das Gleichgewicht bei Parkinson-Patienten zu verbessern. Was es für einen Parkinson-Patienten bedeutet, nach langer Zeit wieder auf einen Fuß zu stehen, bedarf sicher keiner weiteren Erläuterung.

Die Übersetzung eines Teils des englischen Textes der Evaluationsergebnisse von „Frontiers in Medicine“, der vor der Veröffentlichung immer von einem internationalen Wissenschaftsteam gegengeprüft wird, unter „Discussion“ lautet:

„Außerdem belegt die Studie eindeutig eine hohe Einhaltung der Behandlung, insbesondere im Karate-Training, was ein Indikator für die hohe Akzeptanz bei den Parkinson-Patienten sein könnte. Weil andere Therapien, wie die Langzeitmedikation, unter einer geringeren Einhaltung leiden, hat das Karate-Training das Potenzial, als ergänzende Therapie akzeptiert zu werden. Dies ist die erste Studie die belegt, dass Karate ein geeignetes Training ist, um das Gleichgewicht bei Parkinson-Patienten zu verbessern. Diese Ergebnisse stehen in Beziehung zu der Karate-Studie mit älteren Menschen (Anm.: Es handelt sich um die Best-Age Evaluation der Uni Regensburg), die einen Trainingseffekt von Karate auf die selbstbezogene mentale Gesundheit ergeben hat und darauf hinweist, dass dies auch für Parkinson-Patienten geeignet ist, ihr emotionales Wohlbefinden zu bewahren, während sie mit Parkinson leben. Ein Grund hierfür mag sein, dass Karate die Möglichkeit bietet, in einer Gruppe mit Respekt und ohne Wettbewerb zu trainieren, was das hochrelevante Gefühl von sozialem Rückhalt einschließt.“

Nach den signifikanten Ergebnissen der Best-Age Evaluation (2012 – Verbesserung der Sturzprofilaxe und Rückgang der Altersdepression – Trainerin Steffi Nagl) und der Burnout Evaluation (2014 – Rückgang der Depression – Trainer Wolfgang Weigert) ist dies ein weiterer Meilenstein, DKV-Karate als Gesundheitssport in Deutschland zu etablieren.

Warum gerade DKV-Karate? Eine wichtige Voraussetzung für ein Karate Therapie- und Gesundheitstraining ist unsere DOSB lizenzierte Fachübungsleiterausbildung, die durch die Zusatzausbildungen Gesundheitssport und Budomotion noch an Professionalität gewinnt.

Die Parkinson-Evaluation der Universität Regensburg mit den Vergleichsgruppen „Tanzen“ und „Medikamentöse Therapie“ war die bisher zeit- und kostenintensivste der drei Studien. Eine Dipl. Psychologin war ein Jahr halbtags nur für die medizinische Begleitung und Auswertung der Daten der über 40 Probanden eingesetzt. Neben der Leiterin der Sportwissenschaften der Uni Regensburg, Prof. Dr. Petra Jansen, steckte auch Dr. Katharina Dahmen-Zimmer (3.DAN) jede Menge Freizeit in die Vorbereitung, Durchführung und Auswertung dieser Studie. Als Karatetrainer fungierten Dr. Katharina Dahmen-Zimmer, Helmut Körber und Wolfgang Weigert.

Am Wichtigsten für die Teilnehmer der Karategruppe, aber auch für die medizinische Bewertung, ist jedoch der Umstand, dass sie das Training nach Abschluss der Studie in ihrer Gruppe unter der Trainerin Dr. Katharina Dahmen-Zimmer fortsetzen und so weiter von den Ergebnissen der Studie profitieren können.

Nun gilt es die Ergebnisse medial extern und intern umzusetzen und unseren zwischenzeitlich hervorragenden Ruf als Gesundheitssport in Deutschland weiter auszubauen. Diese Studie ist ein Meilenstein in unserer Entwicklung dazu!

Karate in Deutschland – der Deutsche Karate Verband!

Euer

Wolfgang

Der Deutsche Karate Verband ist der offizielle Fachverband für Karate in Deutschland. Er wird als einziger vom Bundesministerium des Innern gefördert und ist als Mitglied des Deutschen Olympischen Sportbundes vom IOC anerkannt.

16 Landesverbände mit über 2.300 Vereinen, Clubs und Schulen mit insgesamt ca. 110.000 Mitgliedern haben bei uns im DKV ihre Heimat.