

## PRESSEMITTEILUNG

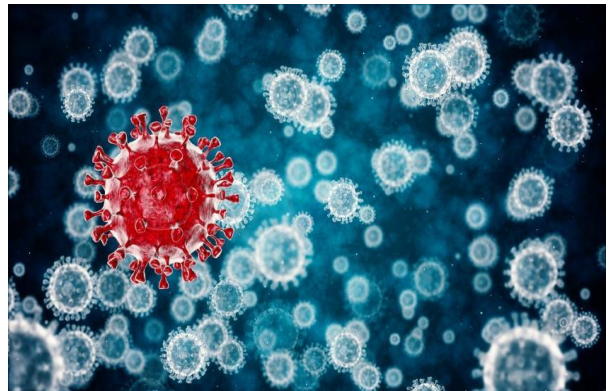
Zur sofortigen Veröffentlichung

Luxemburg, 23 Mai 2022

### Aktiv bleiben, COVID-19 stoppen

Eine in ganz Luxemburg durchgeführte Studie kommt zu dem Ergebnis, dass regelmäßige körperliche Betätigung vor einer Infektion mit COVID-19 die Hauptsymptome und die Schwere der Erkrankung insgesamt verringern kann.

*Ein Konsortium luxemburgischer Forschungseinrichtungen hat im Rahmen einer Untersuchung der Bevölkerung im Großherzogtum nach Faktoren gesucht, die zu einem unterschiedlichen Schweregrad von COVID-19 und den damit verbundenen Symptomen beitragen können. In ihrer jüngsten Studie konnten die Teams zeigen, dass Personen, die vor der Infektion körperlich aktiver waren, nicht nur einen weniger schweren Krankheitsverlauf hatten, sondern auch eine geringere Wahrscheinlichkeit für Symptome wie Erschöpfung, trockenen Husten und Brustschmerzen aufwiesen.*



Die COVID-19-Infektion äußert sich durch ein vielfältiges Spektrum an Symptomen unterschiedlicher Art und Intensität und führt dementsprechend zu sehr verschiedenen Ergebnissen für die betroffenen Patienten. Das Risiko für schwerere Formen von COVID-19 steigt mit dem Alter. Allerdings ist bislang noch wenig

über andere klinische und biologische Merkmale bekannt, die zu den beobachteten Unterschieden bei Schwere und Prognose der Erkrankung führen. Vor diesem Hintergrund wurde 2020 das Projekt „Predi-COVID“ auf den Weg gebracht, um zu definieren, welche Patientenprofile mit einer schwereren Prognose in Verbindung stehen können.

Die Studie „Predi-COVID“ wird vom LIH und einem Konsortium luxemburgischer Forschungseinrichtungen geleitet, darunter die Integrated Biobank of Luxembourg (IBBL), das Laboratoire National de Santé (LNS), die Universität Luxemburg, das Luxembourg Centre for Systems Biomedicine (LCSB) und das Centre Hospitalier de Luxembourg (CHL). Insgesamt hat dieses einzigartige Projekt wichtige Ergebnisse hervorgebracht, die zu einem besseren Verständnis und Management des Ausbruchs beitragen und auch zu Verbesserungen in der Patientenversorgung führen.

In seiner neuesten Veröffentlichung hat das Konsortium den Zusammenhang zwischen körperlicher Betätigung (physical activity, „PA“) vor der Infektion und der Schwere von COVID-19 untersucht. Dabei hat es sich die Verbindung zwischen PA und zwölf Sekundärsymptomen angesehen, für die als häufige Beispiele trockener Husten, Fieber, Verlust von Geschmacks- und Geruchssinn sowie einige weniger bekannte wie Brustschmerzen, Verwirrtheit und Stürze zu nennen sind.

*„Während bereits erwiesen ist, dass PA das Risiko schwerer klinischer Verläufe von COVID-19 (z. B. Krankenhausaufenthalt oder Tod) verringert, gibt es noch recht wenig Informationen über die Auswirkungen*

von PA auf die Schwere von COVID-19 bei Patienten mit einem eher milden Verlauf sowie auf das Risiko für die Entwicklung spezifischer Symptome“, erklärt Dr. Laurent Malisoux, Gruppenleiter der Forschungsgruppe Physical Activity, Sport and Health am LIH, der die Studie geleitet hat.

Die Analyse wurde an 452 Freiwilligen im Alter zwischen 31 und 51 Jahren durchgeführt, die für das Jahr vor ihrer Infektion in einem Fragebogen Angaben zu ihrer körperlichen Betätigung gemacht hatten. Hierzu gehörten Tätigkeiten wie Zu-Fuß-Gehen, Gartenarbeit und andere Alltagsarbeiten ebenso wie anstrengendere Aktivitäten wie Sport. Auf der Grundlage dieser Ergebnisse haben die Forschenden eine Punkteskala zur Einstufung der wöchentlichen PA jeder Person erstellt, die dann mit der Prävalenz von Symptomen und Schwere der Erkrankung verglichen werden konnten.

Die Forschenden stellten fest, dass Teilnehmer mit einem höheren PA-Wert ein geringeres Risiko für einen mittelschweren COVID-19-Verlauf aufwiesen, und bestätigten damit die Anfangshypothese der Gruppe. Darüber hinaus wurde ein höherer PA-Wert auch mit einem geringeren Risiko für Erschöpfung, trockenem Husten und Brustschmerzen in Verbindung gebracht, d. h. mit den Symptomen, von denen positiv auf COVID-19 getestete Personen am häufigsten berichten.

„Diese Studie liefert Hinweise darauf, dass PA auch bei relativ milder Erkrankung ein modifizierbarer Risikofaktor für die Schwere des COVID-19-Verlaufs ist. Unsere Erkenntnisse deuten darauf hin, dass regelmäßige PA eines der wichtigsten Dinge ist, die Menschen selbst tun können, um die negativen Folgen von COVID-19 zu minimieren“, so das Fazit von Dr. Guy Fagherazzi, Leiter des Department of Precision Health und Principal Investigator der Studie Predi-COVID.

Diese Ergebnisse unterstreichen, dass wir es möglicherweise in höherem Maße als gedacht selbst in der Hand haben, uns vor Infektionskrankheiten wie COVID-19 zu schützen. Es ist die Aufgabe neuer Initiativen wie Predi-COVID, diese Informationen weiter zutage zu fördern, damit die Öffentlichkeit und die Fachleute im Gesundheitswesen gemeinsam daran arbeiten können, ein Leben mit COVID akzeptabler zu machen.

Die Studie wurde am 29. April 2022 in BMJ Open, einer offen zugänglichen, von unabhängigen Gutachtern geprüften Fachzeitschrift für medizinische Forschung aus allen Fachgebieten und Behandlungsbereichen, unter dem vollständigen Titel „Associations between physical activity prior to infection and COVID-19 disease severity and symptoms: results from the prospective Predi-COVID cohort study“ veröffentlicht (DOI: 10.1136/bmjopen-2021-057863).

Beflügelt durch den Erfolg von Predi-COVID wurde CoVaLux (COVID-19, Vaccination & long-term health consequences of COVID-19 in Luxembourg) ins Leben gerufen; diese Studie führt die Arbeit dort weiter, wo ihre Vorgängerin aufgehört hat. Unter der Koordination von Research Luxembourg wendet sich das Kooperationsprojekt nun der Wirksamkeit von Impfungen und den längerfristigen gesundheitlichen Auswirkungen der Erkrankung in einer Phase zu, in der wir die Pandemie schließlich hinter uns lassen wollen.

## **Fördermittel und Kooperationen**

Die Studie Predi-COVID wird vom luxemburgischen Forschungsfonds (Fonds National de la Recherche, FND) (Predi-COVID, gefördertes Projekt Nummer 14716273), der André Losch Foundation und vom Europäischen Fonds für regionale Entwicklung (EFRE, Vereinbarung 2018-04-026-21), unterstützt.

## **Über das Luxembourg Institute of Health: Research dedicated to life**

*Das Luxembourg Institute of Health (LIH) ist ein öffentliches biomedizinisches Forschungsinstitut, das sich auf Präzisionsmedizin ausrichtet, mit dem Ziel eine führende Referenz in Europa für die Umsetzung wissenschaftlicher Spitzenleistungen in einen greifbaren Nutzen für Patienten zu werden.*

*Das LIH stellt den Patienten in den Mittelpunkt seiner Aktivitäten. Angetrieben von der gemeinschaftlichen Verpflichtung gegenüber der Gesellschaft, sollen Wissen und Technologien, die aus der Forschung an patienteneigenen Daten stammen, genutzt werden, um einen direkten Einfluss auf die Gesundheit der Bevölkerung zu haben. Seine engagierten Teams aus multidisziplinären Forschern streben nach Exzellenz und generieren relevantes Wissen im Zusammenhang mit immunbezogenen Krankheiten und Krebs.*

*Das Institut setzt auf Kooperation, zukunftsweisende Technologien und Prozessinnovationen als einzigartige Möglichkeiten zur Verbesserung der Anwendung von Diagnostika und Therapeutika mit dem langfristigen Ziel, Krankheiten vorzubeugen.*

## **Über Research Luxembourg**

*Research Luxembourg besteht aus einem vereinten, agilen Team von Meinungsführern, die durch ihr gemeinsames Lernen, Forschen und Wirken eine bessere Zukunft gestalten wollen. Durch die Vernetzung aller Akteure innerhalb und außerhalb von Luxemburg hat sich Research Luxembourg zum Ziel gesetzt, eine Führungsrolle bei Forschung und Innovation in vier prioritären Forschungsbereichen einzunehmen: (1) Transformation von Industrie und Dienstleistungen; (2) personalisierte Gesundheitsversorgung; (3) nachhaltige und verantwortliche Entwicklung; (4) Bildung im 21. Jahrhundert.*

*Research Luxembourg ist eine gemeinsame Initiative der Hauptakteure in der öffentlich finanzierten luxemburgischen Forschung und wird vom luxemburgischen Minister für Hochschulwesen und Forschung unterstützt. Der Initiative gehören das Luxembourg Institute of Health (LIH), das Luxembourg Institute of Socio and Economic Research (LISER), das Luxembourg Institute of Science and Technology (LIST), der luxemburgische Forschungsfonds (Fonds National de la Recherche, FND), Luxinnovation und die Universität Luxemburg (uni.lu) an.*

## **Wissenschaftlicher Kontakt**

Dr. Laurent Malisoux  
Group Leader LIH-PASH  
Physical Activity, Sport & Health  
Department of Precision Health  
Luxembourg Institute of Health  
E-Mail: [Laurent.Malisoux@lih.lu](mailto:Laurent.Malisoux@lih.lu)

## **Pressekontakt**

Arnaud D'Agostini  
Head of Marketing and Communication  
Luxembourg Institute of Health  
Tel.: +352 26970-524  
E-Mail: [arnaud.dagostini@lih.lu](mailto:arnaud.dagostini@lih.lu)