

Weniger Stürze dank Training in der virtuellen Realität

r -- Mirelman A, Rochester L, Maidan I et al. Addition of a non-immersive virtual reality component to treadmill training to reduce fall risk in older adults (V-TIME): a randomised controlled trial. Lancet 2016 (17. September); 388: 1170-82

[\[LINK\]](#)

Das Erleben virtueller Realitäten erlaubt es heutzutage zunehmend, Erfahrungen zu machen, welche den Rahmen des realen (Er-)Lebens sprengen. Diese Entwicklung, die gewisse Gefahren und Risiken birgt, eröffnet aber durchaus auch neuartige Chancen: So erhielten im Rahmen der vorliegenden randomisierten Studie ältere Personen mit erhöhtem Sturzrisiko nach dem Zufall entweder ein sechswöchiges herkömmliches Training auf dem Laufband oder eines, das mit einer virtuellen Komponente ergänzt wurde. Dabei wurde die Schrittfolge der untersuchten Personen in eine virtuelle Umgebung mit verschiedenen Hindernissen integriert und diese an die Wand vor dem Laufband projiziert. Je nachdem wie gut die so gestellten «Aufgaben» gelöst wurden, erhöhte sich der Schwierigkeitsgrad. Sechs Monate nach dem Training war die Sturzhäufigkeit in der Gruppe mit dem virtuell ergänzten Training deutlich niedriger als in derjenigen mit dem herkömmlichen Training.

Telegramm von Alexandra Röllin