

THEMA FÜR EINE MASTERARBEIT 2018

Thema	Verbesserung der muskuloskelettalen Funktion und der Balance: Eine Interventionsstudie mit stochastischem Resonanztraining	
Beschreibung	<p>Eine Arbeit mit wenig Haltungswechseln (ununterbrochenes Sitzen oder Stehen) ist für Muskeln und Skelett eine besondere Herausforderung. Es soll in einer Feldstudie geprüft werden, ob kurze 1-minütige, individuell abgestimmte Trainingseinheiten einen schützenden und beschwerdereduzierenden Effekt haben. Ebenfalls untersucht werden soll, ob bzw. inwiefern durch das Training eine Verbesserung der Gleichgewichtsfunktion zustande kommt.</p>	
Anforderungen	Kenntnisse von SPSS und anderen statistischen Methoden. Es kann an umfangreiche Vorarbeiten angeschlossen werden.	
Anzahl Master-Studierende	2	
Betreuer/-in	Prof. Dr. Achim Elfering, MSc Yannik Faes	
Literatur	<p>Burger, C., Schade, V., Lindner, C., Radlinger, L., & Elfering, A. (2010). Stochastisches Resonanztraining in der Arbeit zur Prävention muskuloskelettaler Beschwerden: Eine angewandte Studie bei der Firma Bigla In Suva Medical (Hrsg.), <i>Suva Medical 2010: Versicherungsmedizin – Arbeitsmedizin – Rehabilitation</i> (S. 73-81). Luzern: Suva.</p> <p>Burger, C., Schade, V., Lindner, C., Radlinger, L., & Elfering, A. (2012). Stochastic resonance training reduces musculoskeletal symptoms in metal manufacturing workers: A controlled preventive intervention study. <i>Work</i>, 42, 269-278. doi:10.3233/WOR-2012-1350</p> <p>Elfering, A., Arnold, S., Schade, V., Burger, C., & Radlinger, L. (2013). Stochastic resonance whole-body vibration, musculoskeletal symptoms and body balance: A worksite training study. <i>Safety and Health at Work</i>, 4, 149-155. doi:10.1016/j.shaw.2013.07.002</p>	