

## Die Mitgliedsinstitutionen und ihre Sitzorte:

### Baden-Württemberg

- Albert-Ludwigs-Universität Freiburg
- Deutsches Krebsforschungszentrum
- Universitätsklinikum Heidelberg, Diagnostische und interventionelle Radiologie

### Bayern

- Helmholtz Zentrum München, Deutsches Forschungszentrum für Gesundheit und Umwelt (GmbH)
- Ludwig-Maximilians-Universität München
- Universität Regensburg

### Berlin/Brandenburg

- Charité – Universitätsmedizin Berlin
- Deutsches Institut für Ernährungsforschung Potsdam-Rehbrücke
- Max-Delbrück-Centrum für Molekulare Medizin (MDC)
- Robert-Koch-Institut (RKI)

### Bremen

- Fraunhofer-Institut für Bildgestützte Medizin MEVIS
- Leibniz-Institut für Präventionsforschung und Epidemiologie – BIPS

### Hamburg

- Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf

### Hessen

- Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung

### Mecklenburg-Vorpommern

- Universitätsmedizin Greifswald

### Saarland

- Krebsregister Saarland/MSGFF

### Niedersachsen

- Helmholtz-Zentrum für Infektionsforschung GmbH

### Nordrhein-Westfalen

- Deutsche Diabetes Forschungsgesellschaft e. V.
- Leibniz-Institut für umweltmedizinische Forschung an der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf gGmbH
- Universitätsklinikum Essen
- Westfälische Wilhelms-Universität Münster

### Sachsen-Anhalt

- Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg
- Otto-von-Guericke-Universität Magdeburg

### Sachsen

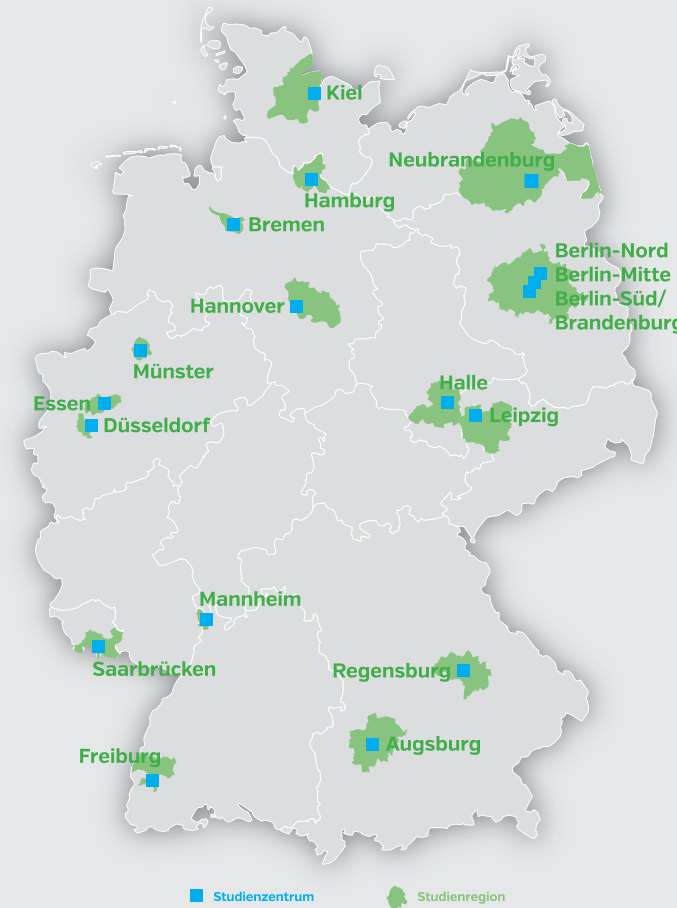
- Universität Leipzig

### Schleswig-Holstein

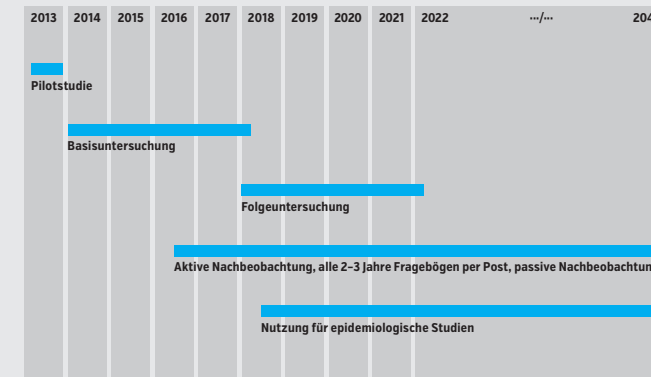
- Christian-Albrechts-Universität Kiel

Weitere Informationen finden Sie auch online unter [www.nako.de](http://www.nako.de)

**Bildquellen:** Alle Fotos von NAKO, Bremen, H. Menßen, Leibniz-Institut für Präventionsforschung und Epidemiologie – BIPS GmbH. Grafik Karte und Grafik Laufzeit: NAKO.



### Laufzeit der Studie



## Kontakt

Wissenschaftlicher Vorstand und Vorstandsvorsitzender

### Prof. Dr. Karl-Heinz Jöckel

Universitätsklinikum Essen  
Hufelandstraße 55  
45122 Essen

### Pressekontakt:

NAKO Gesundheitsstudie  
Geschäftsstelle  
Am Taubenfeld 21/2  
69123 Heidelberg

E-Mail: [geschaeftsstelle@nako.de](mailto:geschaeftsstelle@nako.de)  
Telefon: +49 (0) 6221 / 42620-0

Ihr Studienzentrum

## NAKO – Die Gesundheitsstudie Gemeinsam forschen für eine gesündere Zukunft



Gefördert vom Bund,  
den Ländern und der  
Helmholtz-Gemeinschaft



GESUNDHEITS-  
STUDIE ■■■

## Die NAKO

### „Gemeinsam forschen für eine gesündere Zukunft“

Das ist der Leitgedanke der **NAKO** – der größten Bevölkerungsstudie in Deutschland, an der im April 2016 bereits 50.000 Bürgerinnen und Bürger teilnehmen. Insgesamt werden in den nächsten Jahren 200.000 Männer und Frauen zwischen 20 und 69 Jahren in 18 Studienzentren medizinisch untersucht und nach ihren Lebensumständen befragt.

### Gesundheit erhalten – Krankheit vermeiden

Mithilfe der gesammelten medizinischen Daten, Bioproben und Befragungsangaben der Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden chronische Erkrankungen genauer erforscht.

Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Krebs, Diabetes, neurologische und psychiatrische Erkrankungen, Infektionskrankheiten, respiratorische Erkrankungen, Krankheiten des Bewegungsapparates.

Langfristig versprechen sich die Wissenschaftler der NAKO Antworten auf folgende Fragen:

- Wie entstehen diese Krankheiten?
- Gibt es Faktoren, die ihre Entstehung begünstigen? Welche Rolle spielen zum Beispiel unsere Gene, die Umwelteinflüsse, denen wir ausgesetzt sind, oder aber unser Lebensstil? Welche Rolle spielen dabei soziale Faktoren?
- Können wir uns vor diesen Krankheiten schützen?
- Wie können diese Krankheiten frühzeitig erkannt werden?

### Vielseitiges Programm

Das Untersuchungsprogramm dauert 3 – 4 Stunden und setzt sich aus folgenden Modulen zusammen:

- Befragung zu Familie und Ausbildung, zur medizinischen Vorgeschichte, zur Einnahme von Medikamenten und zum Lebensstil, wie z.B. Ernährung oder körperliche Aktivität
- Messung von Körpergröße und -gewicht sowie von Taillen- und Hüftumfang

- Messung von Blutdruck und Herzfrequenz
- Gewinnung von Blut, Urin, Speichel, Stuhl und Durchführung eines Nasenabstriches
- Messung der Handgreifkraft (maximale Kraft rechte und linke Hand)
- Messung der körperlichen Aktivität
- Elektrokardiogramm (EKG)
- Aufmerksamkeits-, Konzentrations- und Gedächtnistests



Zusätzlich wird bei einem Teil der Teilnehmer ein erweitertes Programm durchgeführt (Dauer 4 – 5 Stunden):

- Ultraschalluntersuchung des Herzens
- Magnetresonanztomographie (MRT) von Kopf, Herz und Körper
- Weitere Untersuchungsteile

Nach vier bis fünf Jahren werden alle Studienteilnehmerinnen und Studienteilnehmer zu einer zweiten Untersuchung eingeladen.

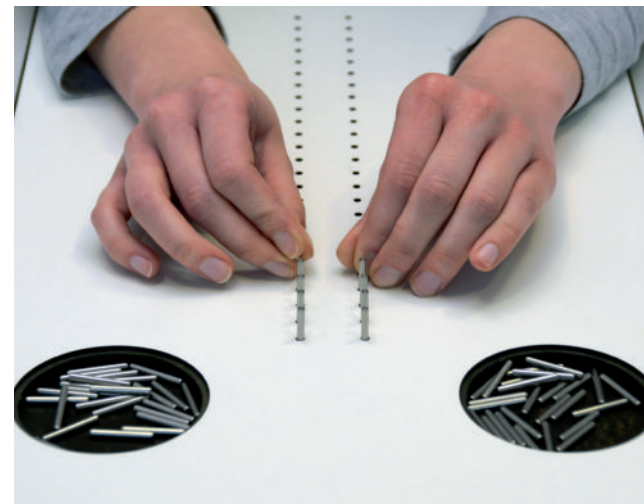
### Qualitätssicherung auf hohem Niveau

Die Durchführung der Untersuchungen und Befragungen erfolgt anhand von wissenschaftlich festgelegten SOPs (Standardisierten Protokollen) – zum einen zum Wohl der Teilnehmenden, zum anderen um vergleichbare und damit statistisch verwertbare Daten zu erhalten. Erfahrenes und

speziell geschultes medizinisches Fachpersonal führt das Untersuchungsprogramm durch. Ein internes Qualitätsmanagement, das von einer externen Qualitätssicherung unterstützt wird, garantiert die einwandfreien Abläufe gemäß den gesetzlichen Bestimmungen.

### Teilnahme nach dem Zufallsprinzip

Um möglichst repräsentative Aussagen über die gesundheitliche Situation der Bevölkerung zu ermöglichen, erfolgt



die Auswahl durch die Einwohnermeldeämter nach einem Zufallsverfahren. Jede auf diese Weise ermittelte Person wird kontaktiert, persönlich informiert und über weitere Details der Studie aufgeklärt. Eine freiwillige Teilnahme ohne explizite Auswahl durch die Meldebehörde ist nicht vorgesehen. Die unterschriebene Einwilligungserklärung ist unabdingbare Voraussetzung für die Teilnahme an der Studie. Sie kann jederzeit, ganz oder für bestimmte Teiluntersuchungen und auch im Nachhinein rückgängig gemacht werden.

### Gesundheit mitgestalten

Je mehr Bürgerinnen und Bürger an der Studie teilnehmen, desto aussagekräftiger wird diese und desto besser können Vorbeugung und Früherkennung wichtiger Krankheiten erforscht werden. Handelt es sich auch zunächst nur um eine Fülle von Einzeldaten, langfristig trägt jeder Teilnehmende mit dazu bei, dass die medizinische Forschung

stetig vorangetrieben wird. „Davon werden vor allem die jüngeren und spätere Generationen profitieren. Vor diesem Hintergrund appellieren wir an jeden einzelnen, die Chance zu nutzen und sich für eine gesündere Zukunft für alle einzusetzen“, so Professor Karl-Heinz-Jöckel, Vorstandsvorsitzender des Trägervereins Nationale Kohorte e. V.

### Höchste Ansprüche beim Datenschutz

Im Rahmen der Studie wird größter Wert auf die Einhaltung von ethischen und datenschutzrechtlichen Bestimmungen, die Wahrung der Privatsphäre sowie die Vertraulichkeit der Daten gelegt. Die Verfahren wurden mit der Bundesdatenschutzbeauftragten und den zuständigen Ethikkommissionen abgestimmt. Das die Untersuchungen der Studie durchführende Fachpersonal ist verpflichtet, die Datenschutzbestimmungen und die ärztliche Schweigepflicht einzuhalten. Die Daten werden ausschließlich für wissenschaftliche Zwecke genutzt und stehen auf Antrag nationalen und internationalen Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern für die medizinische Forschung zur Verfügung. Eine Identifizierung der Studienteilnehmenden anhand der Daten ist nicht möglich.

### Von großer internationaler Bedeutung

Die Studie leistet einen wichtigen und zukunftsorientierten deutschen Beitrag für die medizinische und epidemiologische Forschung im internationalen Umfeld. Der spezifische Studienaufbau sichert die Kompatibilität



der gesammelten Daten mit anderen deutschen und europäischen Studien und verfügt zudem über einige innovative Besonderheiten (Nachuntersuchung nach 4 Jahren, Ganzkörper-MRT von 30.000 Teilnehmerinnen und Teilnehmern, Sammlung und Lagerung von ca. 28 Mio. Bioproben und anderes). Die **NAKO Gesundheitsstudie** gilt daher bereits jetzt als wichtiger Motor für weiterführende Forschungsvorhaben und -kooperationen im In- und Ausland.



Unser Slogan „Gemeinsam forschen für eine gesündere Zukunft“ beschreibt sehr gut, wofür wir uns, zusammen mit Ihnen, den Teilnehmerinnen und Teilnehmern, in den nächsten Jahren einsetzen“, erläutert Professor Jöckel, Vorstandsvorsitzender des Vereins Nationale Kohorte e. V., „für eine verbesserte Gesundheitssituation in ganz Deutschland.“

### Förderung

Das Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF), 14 Länder und die Helmholtz-Gemeinschaft fördern die Studie. Die beteiligten Einrichtungen leisten erhebliche Eigenbeiträge.

### Rechtsform

Hinter der NAKO Gesundheitsstudie steht der eingetragene Verein Nationale Kohorte e.V. mit Sitz in Heidelberg. Mitglieder des Vereins sind die an der Studie beteiligten Einrichtungen: