

Datum: 16.05.2019  
Pressekontakt: Glorianna Bisognin-Nechwatal  
E-Mail: [presse@nako.de](mailto:presse@nako.de)  
Telefon: 06221 – 42620-61

## PRESSEMITTEILUNG

### NAKO Gesundheitsstudie: Die Rhein-Neckar-Löwen testen ihre Handgreifkraft

**Heidelberg, 16.05.2019:** Die Rhein-Neckar-Löwen, das Handball-Bundesligateam aus Mannheim, sind Botschafter der NAKO Gesundheitsstudie. Am 15.05.19 haben sich die Spieler für ein ungewöhnliches Experiment bereit erklärt. In die Kronauer Mehrzweckhalle, wo die Mannschaft regelmäßig trainiert, kam ein Team des NAKO Studienzentrums Mannheim, um die Handgreifkraft der Löwen zu testen.

„Jeder Sportler hat eine starke Spielhand“, berichtet das Management der Löwen. „Die Würfe unserer Spieler erreichen Geschwindigkeiten von um die 110 km/h.“

Aber wie stark muss dabei die Hand sein? Dieser Frage ist das NAKO Team nachgegangen.

Neugieriger war das Handball-Team, den Unterschied zwischen Spiel- und normaler Hand zu erfahren und die Handkraft untereinander zu testen. Das ganze Experiment wird demnächst unter <https://de-de.facebook.com/rnloewen/> bzw. <https://www.facebook.com/NAKOGesundheitsstudie/> zu sehen sein.

„Dieses Experiment war für die Spieler und die Fans spannend und interessant zugleich. Ich kann mir vorstellen, dass es auch für andere Sportler\*innen und Sportarten, für die die Handkraft eine entscheidende Rolle spielt, ebenso aufschlussreich sein könnte“, kommentiert Martin Schmidt, Vorstandsmitglied der NAKO. „Dabei denke ich an Sportarten wie Wasserball, aber auch an Freeclimbing, Geräteturnen (Ringen), Rugby, Basketball etc. Ich möchte gerne andere Athleten zu diesem Test einladen.“

Die Mannheimer Handballer sind nicht nur sportlich aktiv, sie engagieren sich auch abseits des Spielfeldes, denn „wir sind uns auch der Verantwortung bewusst, ein Vorbild für die Gesellschaft zu sein“, so die Löwen.

Neben sozialen Projekten möchten sich die Sportler für die Verbesserung der Gesundheit in Deutschland stark machen: „Die NAKO Gesundheitsstudie nimmt sich unserer Meinung nach den größten Gefahren für unsere moderne Gesellschaft an und versucht den bedrohlichsten Krankheiten präventiv zu begegnen. Dieses ehrenwerte Ziel möchten wir natürlich unterstützen und hoffen, dass die Zusammenarbeit die Aufmerksamkeit für die Studie schärft und so die allgemeine Gesundheit und das Wohlbefinden in Deutschland verbessert.“

Die Handgreifkraft ist ein sehr guter Indikator (Merkmal) für die allgemeine Muskelkraft eines Menschen“ so Prof. Dr. Annette Peters, NAKO Vorstandsvorsitzende. „Aktuelle Erkenntnisse weisen darauf hin, dass eine niedrige Handgreifkraft mit einem erhöhten Risiko für viele chronische Erkrankungen darstellt, darunter auch die Herz-Kreislauf-erkrankungen oder Krebs. Das wollen wir mit

Hilfe der NAKO Gesundheitsstudie besser verstehen, insbesondere, da auch die Gesundheit bis ins hohe Alter davon abzuhängen scheint.“ Insbesondere wird die Handgreifkraft auch durch die Gene bestimmt, d.h.: die Muskelkraft besitzt neben einer Lebensstil-abhängigen auch eine erbliche Komponente. Durch die NAKO wollen die Wissenschaftler\*innen herausfinden, welche molekularen Faktoren die Handgreifkraft bestimmen und wie diese mit der Entstehung von chronischen Erkrankungen zusammenhängen.

Weitere bundesweite Botschafter und Botschafterinnen der NAKO sind – neben den Rhein-Neckar-Löwen – die Schauspielerin Marion Kracht, der deutsch-russischer Autor Wladimir Kaminier, die Krimiautorin Elisabeth Herrmann und Prof. Dr. Tim Meyer, einer der Mannschaftsärzte der deutschen Fußball-Nationalmannschaft, sowie lokal engagierte Testimonials wie der Talk- und Showmaster Frank Elstner und der Nobelpreisträger Prof. Dr. Harald zur Hausen.

#### **Hintergrund NAKO Gesundheitsstudie:**

Seit 2014 werden in der NAKO Gesundheitsstudie zufällig aus den Melderegistern gezogene Männer und Frauen zwischen 20 und 69 Jahren bundesweit in 18 Studienzentren medizinisch untersucht und nach ihren Lebensumständen befragt. Ziel ist es, chronische Erkrankungen, wie zum Beispiel Krebs, Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Rheuma, Infektionen und Depression genauer zu erforschen, um Prävention, Früherkennung und Behandlung dieser in der Bevölkerung weit verbreiteten Krankheiten zu verbessern. Das multizentrische Projekt wird vom Bundesministerium für Bildung und Forschung, den beteiligten Ländern und der Helmholtz-Gemeinschaft gefördert. Bis Ende April 2019 haben 200.000 Personen (davon fast 30.000 an der zusätzlichen einstündigen MRT-Ganzkörperuntersuchung) an der NAKO Studie teilgenommen.

Weitere Informationen unter [www.nako.de](http://www.nako.de).

Ansprechpartnerin für die Presse:

Glorianna Bisognin-Nechwatal

NAKO Geschäftsstelle

Projektkommunikation

Telefon: 06221- 42620-61

E-Mail: [presse@nako.de](mailto:presse@nako.de)

[www.nako.de](http://www.nako.de)