

CAREkonkret

Ausgabe Nr. 14/19

Wochenzeitung für Entscheider in der Pflege

Trainingsplattform zur Sturzprophylaxe

Die Balance spielerisch trainieren

Freudenstadt // Der Hersteller medizinischer Krafttrainingsgeräte HUR präsentiert die neue schrittbasierte Trainingsplattform „HUR Senso“, das bei regelmäßigem Training Stürze reduziert und die Kognition – gerade bei älteren Menschen – verbessert. Beim interaktiven, kognitiv-motorischen Training erfassen Sensoren in der Grundplatte den Körperschwerpunkt und Schritte. Die intelligente Spielesoftware koppelt grobmotorische Bewegungen spielerisch an personalisierte kognitive Aufgaben. Das unterstützt nachgewiesener Weise bei der Sturzprophylaxe und wirkt Depressionen und Demenz im Frühstadium entgegen.

Thomas Lampart, Geschäftsführer von HUR Deutschland, erklärt: „In mehreren wissenschaftlichen Studien konnte gezeigt werden, dass Dual-Tasking, also das gleichzeitige Ausführen einer kognitiven und einer

motorischen Aufgabe, die kognitive Fähigkeit stärker verbessert wird, als die alleinige körperliche Betätigung. Das macht das Gerät zu einem idealen Trainingspartner bei der Sturzprophylaxe.

HUR Senso bringt durch die eingebaute Play-Software eine große Auswahl an verschiedenen Spielen mit. Das macht Spaß und motiviert zum nachhaltigen Training. So wird Zusehens das Gleichgewicht und die Wahrnehmung verbessert. Ein wissenschaftlich fundiertes Gerät, das nachgewiesener Weise zur Sturzprophylaxe dient und sogar Depressionen und Demenz im Frühstadium entgegenwirkt. Das finnische Unternehmen stellt seit über 25 Jahren spezielle, medizinische Trainingsgeräte her, die vielfach für Krafttraining mit Senioren eingesetzt werden.

■ Info: hur-deutschland.de