

Kvinner med lipødem ønskes til treningsstudie



Er du mellom 18-65 år, har en BMI på 25-35 og har lipødem?
Da kan dette være noe for deg!

Mål med studien: Finne ut om kondisjonstrening kan føre til mindre smerter, bedre livskvalitet, samt endret blodprofil og kroppssammensetning hos kvinner med lipødem.

Studien innebærer:

- Halvparten av deltakerne vil bli tilfeldig trukket ut til å følge et treningsopplegg med **utholdenhetstrening** mens resten skal leve som normalt.
- Deltakerne i treningsgruppen må møte til trening **2 ganger i uken i 8 uker**, og i tillegg gjennomføre en treningsøkt i uka på egenhånd.
- Deltakere i kontrollgruppen vil få tilbud om treningsveiledning etter at studien er avsluttet.
- Alle deltaker vil svare på spørreskjema om livskvalitet og smerte, føre treningsdagbok, og få målt kroppssammensetning, blodtrykk, kondisjon og blodmarkører to ganger i løpet av studien.
- Alle deltakere vil motta en aktivitetsklokke som takk for innsatsen.

Hvor: Testing og trening foregår ved NTNU sine lokaler ved St.Olavs hospital.

Du kan ikke delta i studien dersom du driver med mye kondisjonstrening fra før, dersom du har alvorlige spiseforstyrrelser eller ikke kan verken sykle eller gå på tredemølle. Det kan også være andre årsaker til at noen ikke kan delta, men dette vil avklares ved første undersøkelse.

For påmelding eller mer informasjon vennligst kontakt

Johanne Sæther johasaet@stud.ntnu.no (mobil: 936 00 741)

Hedda Aasland Eidet heddae@stud.ntnu.no (mobil: 454 40 067)

Sara Knudsen sarahkn@stud.ntnu.no (mobil: 994 22 831)



Norwegian University of
Science and Technology