

Är du mellan 18–50 år och vill delta i en forskningsstudie om styrketräning?

Forskningen handlar om hur kroppen, och framför allt, lårmuskulaturen påverkas av tolv veckors styrketräning med olika maskiner.

Studien kommer att genomföras under 2022 och 2023. Är du en väsentligen frisk och skadefri 18–50 åring – då söker vi dig!

Studien innebär att man lottas till en grupp som utför styrketräning med en av två olika maskiner alternativt lottas till en kontrollgrupp som fortsätter att leva som vanligt. Träningen sker på Höglandsjukhuset två till tre gånger per vecka under totalt tolv veckor. Innan studien startar och när de tolv veckorna är färdiga, får man göra ett antal tester och undersökningar av bland annat muskelstyrka, muskelvolym och ta muskelbiopsier, samt lämna blodprover. Efter detta följer åtta veckor utan träning och sedan samma tester återigen.

Deltagande är förstås helt frivilligt och du kan när som helst avbryta studien utan att behöva ange något skäl till detta. Du erhåller ekonomisk ersättning för deltagande i studien.

Om du önskar delta i studien, eller vill ha mer information, hör av dig till kontaktpersonen i forskargruppen, se nedan. Huvudansvariga för studien är Region Jönköpings Län tillsammans med Linköpings Universitet, Jönköping University och Karolinska Institutet.

Kontaktpersoner

Kajsa Thulin, Specialistläkare, Doktorand
Ortopedkliniken, Eksjö och Linköpings Universitet
Tel: 070 3393851,
E-mail: kajsa.thulin@rjl.se

Emil Rydell Högelin, Doktorand
Linköpings Universitet
Tel: 073 3949672
E-mail: emiho859@student.liu.se

Ansvarig forskare

Björn Alkner, Överläkare, Med. Dr., Adjungerad Universitetslektor
Ortopedkliniken, Höglandssjukhuset Eksjö och Linköpings Universitet
Tel: 010 24 37057, 073 6357676
E-mail: bjorn.alkner@liu.se

