

# High-Intensity Functional Exercise for Older People with Dementia: A Randomized Controlled Trial

<https://www.neurodegenerationresearch.eu/survey/high-intensity-functional-exercise-for-older-people-with-dementia-a-randomized-controlled-trial/>

## Principal Investigators

Erik Rosendahl

## Institution

Umeå universitet

## Contact information of lead PI

### Country

Sweden

## Title of project or programme

High-Intensity Functional Exercise for Older People with Dementia: A Randomized Controlled Trial

## Source of funding information

Forte, the Swedish Research Council for Health, Working Life and Welfare

## Total sum awarded (Euro)

€ 264,418

## Start date of award

01/12/2012

## Total duration of award in years

4

## Keywords

### Research Abstract

Huvudsyftet är att utvärdera effekten på självständighet i aktiviteter i det dagliga livet (ADL) av ett högintensivt funktionellt träningsprogram för äldre personer med demenssjukdom.

I Sverige har mer än 150 000 personer demenssjukdom. Demenssjukdom ger försämringar i både kognitiva och fysiska funktioner, vilket leder till en ökad risk för hjälpberoende i ADL och

för fallolyckor. Äldre personer med demenssjukdom får mindre rehabilitering än personer utan demenssjukdom trots att fysisk träning och rehabilitering kan ha mycket viktiga effekter. För äldre personer utan kognitiv nedsättning förbättras fysiska och kognitiva funktioner av fysisk träning. För att få optimala effekter är det viktigt att träningen är funktionell och utförs med hög intensitet. Det är dock inte säkert att dessa effekter av träning går att överföra till äldre personer med demenssjukdom på grund av sjukdomens symtom och progressivitet. De fåtal studier som undersökt effekter av träning enbart bland personer med demenssjukdom är små och har stora brister i metodologisk kvalitet. Ingen av studierna har utvärderat högintensiv träning. Därför är det av största vikt att genomföra en stor studie med hög kvalitet som utvärderar högintensiv träning i denna grupp.

186 äldre personer som har demensdiagnos inkluderas och randomiseras till tränings- eller kontrollgrupp. Målsättningen är att träningen skall utföras med hög intensitet. Belastningen ökas progressivt exempelvis genom att använda ett viktbälte runt midjan. Exempel på övningar är att upprepade gånger resa sig upp från sittande eller kliva upp på en pall. I kontrollgruppen sker social aktivitet. Träning och social aktivitet genomförs i små grupper, vid 40 tillfällen under 4 månader.

Ett minskat hjälpberoende i ADL kan ha positiva effekter för individens välbefinnande. Resultatet av denna kliniska forskning kan också ge kostnadsbesparingar genom minskade behov av hjälp från personal samt kortare eller färre sjukhusvistelser.

FH

**Further information available at:**

**Types:**

Investments < €500k

**Member States:**

Sweden

**Diseases:**

N/A

**Years:**

2016

**Database Categories:**

N/A

**Database Tags:**

N/A