

**Sajtóanyag**

Bécs Város | Nemzetközi Irodák – Budapest

2024. január 11.

## Akár porckopáshoz is vezethet, ha járás közben folyton mobilozik

**Nemcsak balesetveszélyes, de akár térdizületi porckopáshoz is vezethet, ha valaki járás közben folyton mobilozik – derítették ki a bécsi FH Campus Wien kutatói. Ilyenkor ugyanis rövidebbeket és szélesebbeket lépünk, ami viszont megterheli a térdizület külső részét.**

„Vajon hogyan hat a járásra és a mozgásszervekre, ha séta közben mobilozunk?” – erre keresték a választ a bécsi FH Campus Wien kutatói. Sebastian Durstberger és csapatának tanulmánya nemrég jelent meg az elismert Heliyon című szaklapban.

A kutatás keretében huszonhét résztvevőt kértek meg arra, hogy sétáljanak a GRAIL Mozgáslabor speciális futópadján, amelyet egy 180 fokos vetítívászon vesz körbe. Erre egy virtuális környezet képeit vetítik, közben pedig valóságos utcai háttérzajokat hallanak a kísérletben résztvevők. A tesztalanyok testrészein kis markereket helyeznek el, amelyek segítségével valós időben, 3D-ben tudják modellezni az ízületeik mozgását valamint a rájuk ható erőket. A futópadban található mérőlemezek azt rögzítik, miként érnek földet járás közben a lábak és miként terhelődnek. A résztvevőket arra kérték, hogy oldjanak meg egyszerű számtanpéldákat fejben, illetve mobiltelefonjuk segítségével. Így kideríthették ugyanis, hogy maga a koncentráció vagy a mobilhasználat befolyásolja-e a járást.

Az eredmények azt mutatták, hogy mobilhasználat közben a test egyfajta biztonsági üzemmódba vált: egyre rövidebbeket, ugyanakkor egyre szélesebbet lépünk, nehogy felbukjunk. Ez azonban fokozott terhelést ró a térdizületek külső részére, ami elősegíti azok enyhe X-állását. Ez pedig hosszú távon maradandó károsodáshoz vezethet - akár porckopás is kialakulhat.

Az FH Campus Wien Ausztria legnagyobb szakfőiskolája. A nyolcezer hallgató csaknem hetven különböző levelező és nappali tagozatos képzés közül válogathat az egészségügyi, szociális, műszaki, közigazgatási és politikatudományok területéről. Az alkalmazott kutatás tíz kompetenciaközpontban zajlik a főiskolán.

Képaláírás és copyright:

Az FH Campus Wien mozgáslaborja © FH Campus Wien / Schedl

## További sajtóinformáció

Bauer Krisztina

1054 Budapest, Széchenyi rakpart 3.

[bauer@viennaoffices.hu](mailto:bauer@viennaoffices.hu)

+36 1 467 5008, +36 1 467 5009

+36 30 925 0238

[www.viennaoffices.hu](http://www.viennaoffices.hu)

<https://www.facebook.com/viennaofficeBUD>

[https://www.instagram.com/viennaoffices\\_budapest/](https://www.instagram.com/viennaoffices_budapest/)