

CAREN und Tai-Chi im Wasser: Gehen und Gleichgewicht

Stand vom 28. September 2026

Zusammenfassung von ParkinsonVRMove. Dieses Blatt bewahrt unsere Darstellung der Quelle; es enthält nicht den vollständigen Artikel.

Randomisierte Studie · 2026 · 50 Teilnehmende, davon 40 bis zum Studienende

Zhang und Kollegen — *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, online veröffentlicht am 28. August 2026. DOI: 10.1016/j.apmr.2026.08.014.

Untersucht wurde: Gangtraining in virtueller Realität mit dem Rehabilitationssystem CAREN im Vergleich zu Tai-Chi im Wasser bei Menschen mit Parkinson im Stadium 2-3 und Gleichgewichtsstörungen. Das Programm umfasste zwölf Wochen mit fünf Einheiten von jeweils 40 Minuten pro Woche.

Ergebnisse: beide Gruppen verbesserten sich. Am Ende des Programms erzielte CAREN bessere Ergebnisse bei mehreren Messgrössen für Motorik, Gehen und Gleichgewicht. Nach 24 Wochen, also etwa drei Monate nach Trainingsende, bestanden einige Vorteile weiter, insbesondere beim Gleichgewicht und bei der Gangsymmetrie.

Grenzen: kleine Stichprobe, zehn Teilnehmende ohne Studienabschluss und Beobachtungsdauer von nur 24 Wochen. CAREN ist ein spezialisiertes Rehabilitationssystem. Die Ergebnisse belegen weder dieselben Vorteile für Beat Saber oder die von unserem Verein verwendeten Headsets noch eine Verlangsamung der Erkrankung.

Quellen und Kennungen

Zusammenfassung der Studie auf PubMed lesen (Englisch)
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/42665222/>

DOI
<https://doi.org/10.1016/j.apmr.2026.08.014>

Quellen können nach diesem Datum korrigiert oder aktualisiert werden. Die Links führen zur aktuellen Version.