

Infomix

Hunde erschnüffeln Posttraumatische Belastungsstörung – in der Atemluft!

Laut einer Studie können die Vierbeiner als Frühwarnsystem für Betroffene wirken, bevor die für PTBS typischen panikartigen Zustände auftreten.

Die am 28.03.2024 in *Frontiers in Allergy* publizierte Studie befasst sich mit der Frage, ob Hunde frühe Anzeichen von Posttraumatischer Belastungsstörung erschnüffeln können.

In einer Pilotstudie gelang es den Wissenschaftlern, Hunde darauf zu trainieren, Anzeichen von Stress im menschlichen Atem zu identifizieren, während die StudienteilnehmerInnen über ihre vergangenen traumatischen Erfahrungen reflektierten. Auch wenn manche Assistenzhunde bereits in der Lage sind, bei physischen Anzeichen von PTBS Alarm zu schlagen, könnte eine noch frühere Erkennung, nämlich noch bevor der Patient oder die Patientin sich selbst überhaupt bewusst ist, dass eine PTBS-Episode beginnt, dazu beitragen, dass die Intervention noch effektiver wird. Die Studienergebnisse sind vielversprechend, da es sich jedoch um eine kleine Stichprobe mit nur 26 TeilnehmerInnen und 2 Hunden handelte, müssten sie noch in größerem Rahmen überprüft werden.

Die Originalstudie kann aufgerufen werden unter: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/falgy.2024.1352840/full>

Bin ich hochsensibel?

Menschen, die den Verdacht haben, zu den Hochsensiblen zu gehören, können dies mittels eines deutschsprachigen Online-Fragebogens selbst überprüfen.

Die Plattform sensitivityresearch.com befasst sich mit dem Thema der Hochsensibilität und bietet für alle über 18 Jahren einen kostenlosen Test an, der der Frage „Wie sensibel bin ich?“ auf den Grund geht. Auf einer Skala von 1 (überhaupt nicht) bis 7 (extrem) soll man dabei mittels 12 Fragen eine Einschätzung zu verschiedenen Verhaltensweisen abgeben, die typisch für hochsensible Menschen sind. Danach kann man seine Testergebnisse einsehen – d. h. wo man sich auf dem „Sensibilitätsspektrum“ befindet – und sich diese auch zusenden lassen. Untersuchungen zufolge lassen sich Menschen in drei

verschiedene Sensibilitäts-Kategorien einteilen: niedrig, mittel und hoch. Die auf der Plattform gesammelten Daten dienen – natürlich anonymisiert – Forschungszwecken zur Hochsensibilität.

Der Fragebogen kann aufgerufen werden unter: <https://sensitivityresearch.com/de/selbsttests/erwachsenen-selbsttest/>

Die „Forschungsgruppe Gesund“ der Universität Wien

Eine neu etablierte Arbeitsgruppe der Universität Wien befasst sich mit diversen Fragestellungen im Bereich der Gesundheitspsychologie.

Die Forschenden beschäftigen sich mit dem Zusammenspiel des Lebensstils und einer Verbesserung des Gesundheitszustandes. Die von der Arbeitsgruppe betriebene Forschung umfasst verschiedene Themen und Projekte, beispielsweise zur Gesundheitskommunikation, zum Einfluss des Menstruationszyklus auf das Gesundheitsverhalten oder zu Einstellungen und Verhalten bezüglich digitaler Gesundheit. Dabei kommen ein vielfältiger Ansatz und eine breite Palette an Untersuchungsmethoden zum Einsatz.

Geleitet wird die Forschungsgruppe von Prof. Dr. Laura M. König, welche kürzlich für das Building-Future-Leaders-Programm der International Society for Behavioral Nutrition and Physical Activity ausgewählt wurde.

Weitere Informationen zur Arbeitsgruppe finden sich auf deren Webseite: <https://gesundheit-psy.univie.ac.at/>