

SwissChronoFood

Studie zur Untersuchung des Ernährungsrhythmus mit Hilfe einer Smartphone Applikation, sowie den Auswirkungen auf den Stoffwechsel bei Anwendung einer zeitlich begrenzten Nahrungsaufnahme (*time restricted feeding*) im Rahmen des metabolischen Syndroms.

Probandinnen und Probanden für wissenschaftliche Studie gesucht

Für eine wissenschaftliche Studie suchen wir gesunde Jugendliche (12-17 Jahre), sowie erwachsene Personen (ab 18 Jahren), die ein iOS oder Android Smartphone besitzen.

Prüfer: Prof. Dr. med. Nicolas Rodondi, Universitätsklinik und Poliklinik für Allgemeine Innere Medizin, Inselspital, Universitätsspital Bern.

Ziel der Studie: Wir möchten den Ernährungsrhythmus anhand einer Smartphone Applikation untersuchen, mit welcher alle Nahrungsmittel und Getränke die im Alltag eingenommen werden, fotografiert werden können. Danach werden wir untersuchen, ob die zeitlich begrenzte Nahrungsmittelaufnahme (Englisch: *time restricted feeding*) eine positive Auswirkung auf das metabolische Syndrom haben kann.

Ablauf der Studie: Die Beobachtungsphase des Ernährungsrhythmus dauert zwei Wochen (12-17-Jährige) oder 4 Wochen (ab 18 Jahren). Die Beobachtungsphase beinhaltet zwei Studienvisiten von ca. 2 Stunden bzw. ca. 30-60 Minuten sowie einen Anruf von 5-10 Minuten. Wenn Sie die Anforderungen für den zweiten Teil der Studie, der sogenannten Interventionsphase, erfüllen, werden Sie per Zufallsprinzip in die Interventionsgruppe oder in die Kontrollgruppe eingeteilt. Die Interventionsphase dauert 6 Wochen (12-17Jährige), bzw. 6 Monate (ab 18 Jahren). Die Interventionsphase beinhaltet zwei Anrufe von 5-10 Minuten sowie eine Abschlussvisite von ca. 1 Stunde. Einige Teilnehmer können zudem an einer etwas umfangreicheren Interventionsphase teilnehmen (abhängig von zusätzlichen Einschlusskriterien). Die Dauer der Interventionsphase bleibt unverändert, jedoch werden die Studienvisiten am Inselspital durch die zusätzlichen Untersuchungen wie der Messung der Körperkomposition und des Zucker-Stoffwechsels, ein wenig länger dauern (ca. 3h30)








Aufwandsentschädigung: Reisespesen, Pauschalbetrag für die Nutzung des Datenvolumens Ihres Smartphones (10.- pro Monat) sowie einen 30.- Geschenkgutschein.

Alle Daten werden **vertraulich** behandelt. Für die Studienteilnehmer kann kein persönlicher Nutzen garantiert werden. Bitte nehmen Sie zur Kenntnis, dass Ihre Daten bei Zustandekommen eines Kontakts (Telefon oder Mail) mit unserem Studienteam registriert werden. Sollten Sie nicht an einer Studienteilnahme interessiert sein, werden Ihre Daten unverzüglich gelöscht.

Falls Sie an einer Studienteilnahme interessiert sind, und oben genannte Kriterien auf Sie zutreffen, nehmen Sie bitte **Kontakt** auf mit unserem Studienteam:

Inselspital, Universitätsspital Bern, Universitätsklinik und Poliklinik für Allgemeine Innere Medizin
Tel. +41 (31) 632 00 69 / swisschronofood@insel.ch / trf@insel.ch

Weitere Informationen können Sie auch auf unserer Website finden: swisschronofood.ch

SwissChronoFood swisschronofood@insel.ch 	SwissChronoFood swisschronofood@insel.ch 	SwissChronoFood swisschronofood@insel.ch 	SwissChronoFood swisschronofood@insel.ch 	SwissChronoFood swisschronofood@insel.ch 	SwissChronoFood swisschronofood@insel.ch 	SwissChronoFood swisschronofood@insel.ch 
--	--	--	--	--	--	--