

Studieninformation zur Kohortenstudie zu pflanzenbasierter Ernährung (COPLANT-Studie)

Sehr geehrte Studieninteressierte,

vielen Dank für Ihr Interesse an unserer Studie. Mit diesem Schreiben möchten wir Sie über die Kohortenstudie zu pflanzenbasierter Ernährung (COPLANT-Studie) informieren. Danach können Sie entscheiden, ob Sie in die Datenbank für Studienteilnehmer*innen aufgenommen werden möchten.

Hintergrundinformationen

Das Interesse an pflanzenbasierten Ernährungsweisen ist in den letzten Jahren in Deutschland stetig angestiegen. Je nach Ernährungsweise wird hierbei teilweise bis vollständig auf den Verzehr von tierischen Lebensmitteln wie Fleisch, Fisch, Milchprodukte und Eier verzichtet. Es werden sowohl positive als auch kritische Aspekte einer rein oder hauptsächlich pflanzenbasierten Ernährung diskutiert, beispielsweise im Hinblick auf eine ausreichende Versorgung mit wichtigen Nährstoffen oder das Risiko für die Entstehung von Krankheiten.

Zweck der Studie

Auf Grund eines Mangels an wissenschaftlichen Studien zu der Thematik soll die geplante Studie gesundheitliche Vor- und Nachteile verschiedener pflanzenbasierter Ernährungsformen (vegan: keine tierischen Produkte, vegetarisch: kein Fleisch und Fisch, aber Milchprodukte und Eier, pescetarisch: kein Fleisch, aber Fisch) im Vergleich zu einer Mischkost systematisch untersuchen. Des Weiteren werden soziale, ökologische und ökonomische Auswirkungen verschiedener Ernährungsweisen betrachtet sowie eine Nachhaltigkeitsanalyse durchgeführt. Dazu werden an sieben Forschungseinrichtungen in Deutschland und einer in Österreich insgesamt ca. 6.400 Männer und Frauen im Alter von 18-69 Jahren eingeladen, befragt und untersucht.

Wie läuft die Studie ab?

Bei Interesse an unserer Studie kommen Sie an zwei Terminen in das Studienzentrum in Bonn-Poppelsdorf (Katzenburgweg 3, 53115 Bonn).

Wer kann an der Studie teilnehmen?

Sie können an der Studie teilnehmen, wenn Sie

- zum Zeitpunkt der Rekrutierung zwischen 18 und 69 Jahre alt sind
- mindestens für ein Jahr Ihrer aktuellen Ernährungsweise folgen
- sprachlich und inhaltlich die Anforderungen der Studie verstehen
- krankenversichert sind
- bereit zur Abgabe von Bioproben (Blut-, Urin- und Stuhlproben) sowie zum Ausfüllen der Fragebögen sind.

Sie wirken an der Studie mit durch:

- Wiege-Ernährungsprotokoll an mindestens 4 Tagen mit Hilfe der NutriDiary-App (Nähere Informationen finden Sie hier: <https://www.nutridiary-app.de>)
- Aktivitätsmessung mittels Sensor (7 Tage)
- 24-Stunden-Urin-Sammlung
- Komplette Stuhlprobe
- Blutabnahme
- Messung der Knochengesundheit
- Messung von Körpergewicht, Körpergröße, Taillen- und Hüftumfang
- Messung der Körperzusammensetzung (Fettmasse, Muskelmasse)
- Messung von Blutdruck und Puls
- Messung der Handkraft
- Online-Fragebögen

Weitere Informationen zum Ablauf der Studie erhalten Sie per Mail, wenn eine Teilnahme für Sie in Frage kommt. Bei Fragen können Sie diese auch gerne noch vor dem ersten Termin im Studienzentrum per Email klären (coplant@uni-bonn.de).

Besteht ein Nutzen durch die Teilnahme?

Mit Ihrer Studienteilnahme leisten Sie einen wichtigen Beitrag, Erkenntnisse über Zusammenhänge zwischen Ernährung und Gesundheit zu gewinnen.

Sie selbst erhalten bei Erfüllung des vollständigen Studienprotokolls eine Aufwandentschädigung in Höhe von max. 50 Euro sowie die Ergebnisse aus den Untersuchungen (Knochengesundheit, Blutdruck, Körperzusammensetzung) und eine Reihe von Blutwerten. Die Ergebnisse von Blutbild, Fettwerten, Leber- und Nierenwerten erhalten Sie innerhalb von zwei bis vier Wochen nach der Blutentnahme per Post. Wir möchten jedoch betonen, dass eine Studienteilnahme nicht mit einem allgemeinen Gesundheits-Check zu vergleichen ist und keine ärztlichen Diagnosen von uns gestellt werden. Wir weisen darauf hin, dass Ihnen im Rahmen der Teilnahme an unserer Studie unter Umständen auch Hinweise auf krankhafte Prozesse im Körper bekannt werden könnten, die Ihnen möglicherweise noch nicht bekannt waren.

Nachuntersuchung

In regelmäßigen Abständen möchten wir Sie erneut schriftlich kontaktieren, um Informationen über Veränderungen in Ihrem Lebensstil oder anderen Risikofaktoren zu erfassen und um Informationen über möglicherweise bei Ihnen neu diagnostizierte Krankheiten zu erhalten. Nach etwa 3-5 Jahren werden Sie gebeten, einen Fragebogen auszufüllen. Mit Ihrer Zustimmung werden Sie nach etwa 5 Jahren erneut zu einer Folgeuntersuchung ins Studienzentrum eingeladen. Diese Folgeuntersuchung wird im Wesentlichen das gleiche Programm umfassen, wie die hier beschriebene Erstuntersuchung. Sie können jederzeit ohne Angabe von Gründen von der Teilnahme zurücktreten oder Ihre Teilnahme abbrechen, ohne dass Ihnen daraus Nachteile entstehen.

Wir freuen uns, dass Sie sich für eine Teilnahme an der COPLANT-Studie interessieren und kontaktieren Sie, sobald die Studie startet! <https://www.nutridiary-app.de/>