

## **2 Fragestellung**

Es gibt zahlreiche Hinweise für die antidepressive Wirkung von körperlicher Betätigung bei gesunden Probanden und Patienten mit klinisch manifester Depression. Darüber hinaus legen einige Studien einen anxiolytischen bzw. antipanischen Effekt von aerobem Ausdauertraining sowohl bei gesunden Probanden als auch bei Patienten mit Angststörung nahe. Zur Auswirkung einmaliger körperlicher Betätigung auf Angst liegen widersprüchliche Untersuchungsergebnisse vor, während akute Effekte auf die Symptomatik von Panikattacken bisher noch nicht systematisch untersucht wurden.

Ziel dieser Arbeit ist es, diese Lücke in der Forschung über die psychische Wirkung von Sport ein Stück weit zu schließen. Es soll der Frage nachgegangen werden, ob und wie eine einmalige körperliche Betätigung im aeroben Leistungsbereich die Symptome einer Panikattacke beeinflussen kann. Dazu soll die Ausprägung experimentell erzeugter CCK-4-induzierter Panikattacken bei gesunden Probanden mit und ohne vorherige dreißigminütige körperliche Betätigung auf einem Laufband miteinander verglichen werden. Zur Schaffung kontrollierter Bedingungen soll die körperliche Belastung an das individuelle Leistungsniveau angepasst werden. Die Wirkung auf die Symptomatik der Panikattacken wird dabei mit einem standardisierten panikspezifischen Fragebogen erhoben. Zur Differenzierung der Wirkung auf psychische und körperliche Paniksymptome sollen spezifische Subscores gebildet werden. Außerdem soll der subjektiv wahrgenommene Unterschied in der Schwere der auftretenden Symptome mit und ohne vorherige körperliche Betätigung ausgewertet werden.