

Chronische Atemwegsverengungen beeinträchtigen den Schlaf

Datum: 19.11.2021

Original Titel:

Prevalence of self-reported sleep problems amongst adults with obstructive airway disease in the NHANES cohort in the United States

Kurz & fundiert

- Wissenschaftler befragten Patienten mit einer chronischen Atemwegsverengung (COPD, Asthma oder Asthma-COPD-Overlap-Syndrom) und Personen ohne eine solche Erkrankung zu ihrem Schlaf
- Patienten mit chronischer Atemwegsverengung litten häufiger unter Schlafproblemen
- Das galt besonders für Patienten mit Asthma

DGP - Erkrankungen können sich negativ auf den Schlaf auswirken. Das gilt laut der vorliegenden Studie auch für chronische Atemwegsverengungen (Asthma, COPD, Asthma-COPD-Overlap-Syndrom). Besonders Patienten mit Asthma litten häufiger unter Schlafstörungen.

Ein erholsamer Schlaf ist wichtig für die Gesundheit und die Lebensqualität. Erkrankungen können jedoch den Schlaf stören. Das ist besonders bei chronischen Erkrankungen problematisch, da so Schlafstörungen oftmals über einen langen Zeitraum bestehen. Wissenschaftler aus den USA wollten herausfinden, ob Patienten mit einer chronischen Verengung der Atemwege häufiger unter Schlafproblemen litten als Personen ohne eine solche Erkrankung. Chronische Verengungen der Atemwege sind beispielsweise für Asthma, bei der chronisch obstruktiven Lungenerkrankung (COPD) und bei dem Asthma-COPD-Overlap-Syndrom (einer Mischform beider Erkrankungen) typisch.

Wissenschaftler befragten Patienten mit COPD, Asthma oder dem Asthma-COPD-Overlap-Syndrom und Personen ohne solche Erkrankungen zu ihrem Schlaf

3204 Personen, die mindestens 35 Jahre alt waren, nahmen an der Befragung teil. Die Wissenschaftler teilten sie in vier verschiedene Gruppen ein: Personen mit Asthma (168 Personen, 5,2 %), Personen mit COPD (412 Personen, 12,8 %), Personen mit Asthma-COPD-Overlap-Syndrom (70 Personen, 2,2 %) und Personen ohne chronische Atemwegsverengung (2554 Personen, 79,7 %). Die Wissenschaftler untersuchten mit statistischen Analysen, ob Patienten mit chronischen Atemwegsverengungen häufiger unter Schlafproblemen litten als Personen ohne solche

Erkrankungen. Zu Schlafproblemen zählten alle Beschwerden, die den Schlaf betrafen oder störten.

Patienten mit chronischen Atemwegsverengungen litten häufiger unter Schlafstörungen

Beim Vergleich der verschiedenen Personengruppen stellten die Wissenschaftler fest, dass eine chronische Atemwegsverengung mit folgenden Faktoren zusammenhing: Schlafprobleme wie unzureichender Schlaf, Schnarchen, Einschlafprobleme, nächtliche Unruhe, Aufwachen am frühen Morgen, starke Erschöpfung (Fatigue), Müdigkeit tagsüber, Nutzung verschreibungspflichtiger Schlafmittel, Beinkrämpfe, zuckende Beine, Konzentrationsschwierigkeiten und Erinnerungsprobleme bei Müdigkeit. Genauere Analyse zeigten, dass besonders Patienten mit Asthma von Schlafstörungen betroffen waren. Patienten mit Asthma litten nämlich häufiger unter Schlafstörungen als Patienten mit COPD oder dem Asthma-COPD-Overlap-Syndrom.

Alle chronischen Atemwegsverengungen (COPD, Asthma, Asthma-COPD-Overlap-Syndrom) standen mit Schlafproblemen im Zusammenhang. Besonders Patienten mit Asthma waren häufiger von Schlafproblemen betroffen. Diese zu erkennen und zu behandeln ist wichtig, um die Lebensqualität der Patienten mit chronischen Atemwegsverengungen zu verbessern.

Referenzen:

Lal C, Kumbhare S, Strange C. Prevalence of self-reported sleep problems amongst adults with obstructive airway disease in the NHANES cohort in the United States. *Sleep Breath*. 2019 Sep 13. doi: 10.1007/s11325-019-01941-0. [Epub ahead of print]

MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

Meine Fragen

Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am _____:

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“