

## COPD: Bessere Lebensqualität durch Lungenrehabilitation

**Datum:** 28.07.2022

**Original Titel:**

Efficacy of pulmonary rehabilitation in improving the quality of life for patients with chronic obstructive pulmonary disease: evidence based on nineteen randomized controlled trials - a systematic review and meta-analysis

**Kurz & fundiert**

- Wissenschaftler fassten die Ergebnisse von 19 Studien zusammen und werteten sie neu aus
- Einige COPD-Patienten nahmen zusätzlich zur Standardbehandlung an einem Lungenrehabilitationsprogramm teil
- Die Lungenreha ging mit einer besseren Lebensqualität der Patienten einher

**DGP - Die Teilnahme an einem Lungenrehabilitationsprogramm verbesserte die Lebensqualität von COPD-Patienten. Zu dem Ergebnis kamen Wissenschaftler in der vorliegenden Studie, indem sie die Ergebnisse von 19 Studien zusammenfassten und neu auswerteten.**

Ein Lungenrehabilitationsprogramm soll Patienten mit chronisch obstruktiver Lungenerkrankung (COPD) helfen, die Krankheit besser zu verstehen und besser mit ihr umgehen zu können. Typischerweise gehören zu einem Lungenrehabilitationsprogramm sowohl körperliche Übungen als auch Patientenschulungen. Doch was bringt eine solche Lungenreha wirklich? Kann sie die Lebensqualität der Betroffenen verbessern? Mit dieser Frage haben sich bereits mehrere Studien auseinandergesetzt. Sie hatten jedoch jeweils nur wenige Teilnehmer und kamen zu widersprüchlichen Ergebnissen. Aus diesem Grund fassten Wissenschaftler aus Peking (China) die Ergebnisse dieser Studien zusammen und werteten sie neu aus - in der Hoffnung, ein klareres Bild zu erhalten.

**Wissenschaftler fassten die Ergebnisse von 19 Studien zusammen**

Die Wissenschaftler durchsuchten internationale Datenbanken nach Studien, die sich mit der Wirksamkeit der Lungenrehabilitation bei COPD beschäftigt haben und bis März 2019 veröffentlicht wurden. 19 Studien erfüllten die Kriterien der Wissenschaftler. Sie beinhalteten Daten von insgesamt 1146 COPD-Patienten. Die Teilnehmer der verschiedenen Studien wurden nach dem Zufallsprinzip in zwei verschiedene Gruppen eingeteilt. Während die eine Gruppe an einem Lungenrehabilitationsprogramm teilnahm, bekam die andere Gruppe nur die Standardversorgung ([Kontrollgruppe](#)). Mithilfe spezieller Fragebögen bestimmten die Wissenschaftler die Lebensqualität der Patienten. Die Wissenschaftler verglichen die Lebensqualität der Patienten mit und ohne

Lungenrehabilitation.

## **Die Teilnahme an einem Lungenrehabilitationsprogramm verbesserte die Lebensqualität der Patienten**

Der Vergleich der beiden Patientengruppen machte deutlich, dass COPD-Patienten von dem Lungenrehabilitationsprogramm profitieren konnten. Die Patienten, die an der Lungenrehabilitation teilnahmen, hatten nämlich eine bessere Lebensqualität als die Patienten, die nur die Standardbehandlung erhielten.

Die Lungenrehabilitation schien somit die Lebensqualität von COPD-Patienten zu verbessern. Sie sollte daher bei der Behandlung von COPD einen großen Stellenwert einnehmen. Die Autoren der Studie regten an, dass nun weiter daran geforscht werden sollte, welche Bestandteile des Programms besonders wichtig sind, wie intensiv das Training sein sollte, wie lange und wo die Lungenrehabilitation stattfinden sollte, wie und in welchem Umfang sie betreut werden sollte und wie lange der positive Effekt der [Rehabilitation](#) andauert.

### **Referenzen:**

Dong J, Li Z, Luo L, Xie H. Efficacy of pulmonary rehabilitation in improving the quality of life for patients with chronic obstructive pulmonary disease: evidence based on nineteen randomized controlled trials - a systematic review and meta-analysis. Int J Surg. 2019 Dec 13. pii: S1743-9191(19)30367-X. doi: 10.1016/j.ijso.2019.11.033. [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“