

Patienten mit COPD profitieren von kognitiver Verhaltenstherapie

Datum: 16.11.2021

Original Titel:

Effectiveness of cognitive behavioural therapy for chronic obstructive pulmonary disease patients: A systematic review and meta-analysis

Kurz & fundiert

- Wissenschaftler fassten die Ergebnisse mehrerer Studien zum Thema [kognitive Verhaltenstherapie](#) bei COPD zusammen
- Die [kognitive Verhaltenstherapie](#) wirkte sich positiv auf folgende Aspekte aus:
 - [Ängste](#)
 - Depressionen
 - Lebensqualität
 - Häufigkeit von Besuchen der Notaufnahme

DGP - Eine kognitive [Verhaltenstherapie](#) könnte sich für COPD-Patienten auszahlen. Laut der vorliegenden Übersichtsarbeit konnte die kognitive [Verhaltenstherapie](#) unter anderem die Lebensqualität der Patienten verbessern.

Die kognitive Verhaltenstherapie beruht auf der Annahme, dass unser Denken einen großen Einfluss auf unseren Körper und unsere Emotionen hat. Das Ziel der Therapie ist, falsche und belastende Denkweisen zu erkennen und zu verändern. Wissenschaftler aus China interessierten sich speziell für die Auswirkungen der kognitiven Verhaltenstherapie auf Patienten mit COPD. Sie interessierten sich diesbezüglich sowohl für die psychologischen als auch für die körperlichen Auswirkungen.

Wissenschaftler fassten die Ergebnisse mehrerer Studien zusammen

Die Wissenschaftler wollten sich eine Übersicht über die derzeitige Datenlage zu dieser Thematik verschaffen. Zu diesem Zweck durchsuchten sie systematisch verschiedene Datenbanken nach geeigneten Studien. Sie fanden insgesamt 16 randomisierte, kontrollierte Studien, die ihre Kriterien erfüllten. Die Studien beinhalteten Daten von insgesamt 1974 COPD-Patienten.

Die kognitive Verhaltenstherapie wirkte sich in vielerlei Hinsicht positiv auf COPD-Patienten aus

Die zusammenfassende Analyse zeigte, dass sich [Ängste](#), Depressionen und die Lebensqualität bei

Patienten mit kognitiver Verhaltenstherapie signifikant verbesserten. Außerdem mussten Patienten mit kognitiver Verhaltenstherapie durchschnittlich seltener in die Notaufnahme. Bezüglich der Fatigue, der Schlafqualität, der körperlichen Leistungsfähigkeit und der Selbstwirksamkeit konnten hingegen keine statistisch signifikanten Unterschiede beobachtet werden.

Die kognitive Verhaltenstherapie stellte somit eine sinnvolle ergänzende Maßnahme bei COPD dar. Durch sie verbesserten sich Ängste, Depressionen und die Lebensqualität der Patienten. Außerdem waren mit der kognitiven Verhaltenstherapie seltener Besuche der Notaufnahme nötig.

Referenzen:

Ma RC, Yin YY, Wang YQ, Liu X, Xie J. Effectiveness of cognitive behavioural therapy for chronic obstructive pulmonary disease patients: A systematic review and meta-analysis. *Complement Ther Clin Pract.* 2019 Nov 13;38:101071. doi: 10.1016/j.ctcp.2019.101071. [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“