

Sehr anstrengende Aktivität bei Colitis ulcerosa nachteilig?

Datum: 12.08.2022

Original Titel:

Time spent per day in strenuous activity and total physical activity are inversely associated with mucosal healing but not with clinical remission in patients with ulcerative colitis

Kurz & fundiert

- Studie an 327 japanischen Patienten mit [Colitis ulcerosa](#)
- Die täglich mit anstrengender Aktivität verbrachte Zeit und die gesamte körperliche Aktivität waren umgekehrt mit der Schleimhautheilung assoziiert
- Kein Zusammenhang zwischen körperlicher Aktivität und klinischer [Remission](#)

DGP - Eine japanische Studie konnte einen umgekehrten Zusammenhang zwischen starker körperlicher Aktivität und Mucosaheilung bei Patienten mit [Colitis ulcerosa](#) nachweisen.

Die Erkenntnisse über den Zusammenhang zwischen körperlicher Aktivität und Colitis ulcerosa (UC) sind begrenzt, zudem ist der Einfluss von körperlicher Aktivität auf die [Prognose](#) der CU unbekannt. Wissenschaftler aus Japan haben nun den Zusammenhang zwischen KA und klinischen Ergebnissen, einschließlich klinischer [Remission](#) und Mukosaheilung (MH), bei japanischen Patienten mit CU näher beleuchtet.

Studie mit 327 Colitis Ulcerosa-Patienten aus Japan

In die Studie wurden 327 CU-Patienten einbezogen. Die Probanden wurden nach der durchschnittlichen Zeit, die sie pro Tag mit 4 Arten von KA (sitzender, stehender, gehender und anstrengender Aktivität) verbrachten, unter Verwendung eines validierten Fragebogens befragt. Auch die metabolischen Äquivalente (METs) wurden erfasst. Das metabolische Äquivalent wird verwendet, um den Energieverbrauch verschiedener körperlicher Aktivitäten zu vergleichen.

Umgekehrter Zusammenhang zwischen anstrengender körperlicher Aktivität und Mucosaheilung

Sehr anstrengende Aktivität war nach Anpassung signifikant invers mit der MH und kompletter MH assoziiert (MH: adjustierte Odds Ratio [OR] 0,45, 95 % [Konfidenzintervall](#) [KI]: 0,23 - 0,89; komplette MH: adjustierte OR 0,24, 95 % KI: 0,07 - 0,62; $P_{Trend} = 0,008$). Ein sehr hoher täglicher MET-Gesamtwert war nach der Anpassung signifikant invers mit einer vollständigen MH assoziiert (angepasstes OR 0,37, 95 % KI 0,16 - 0,80; $P_{Trend} = 0,010$). Im Gegensatz dazu wurde kein Zusammenhang zwischen PA und klinischer Remission gefunden (reichlich anstrengende Aktivität:

adjustiertes OR 1,10, 95 % KI: 0,55 - 2,23; sehr hohe tägliche Gesamt-METs: adjustierte OR 0,74, 95 % KI 0,37 - 1,46).

Kein Zusammenhang zwischen körperlicher Aktivität und klinischer Remission

Bei japanischen CU-Patienten war die Zeit, die sie pro Tag mit anstrengenden Aktivitäten verbrachten, sowie die gesamte körperliche Aktivität pro Tag signifikant invers mit einer Mukosaheilung assoziiert - jedoch nicht mit einer klinischen Remission. Zu viel Anstrengung könnte demnach nachteilig bei Colitis Ulcerosa sein.

Referenzen:

Watanabe, J. (2021). Time spent per day in strenuous activity and total physical activity are inversely associated with mucosal healing but not with clinical remission in patients with ulcerative colitis. *Annals of Gastroenterology*.
<https://doi.org/10.20524/aog.2021.0663>



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“