

## Verstärkt Stress die Beschwerden von COPD-Patienten?

**Datum:** 19.08.2021

**Original Titel:**

Impact of Stressful Life Events on Patients with Chronic Obstructive Pulmonary Disease.

**DGP - Stress kann uns krank machen. Doch was macht Stress mit chronisch kranken Menschen? Verschlimmert er Beschwerden zusätzlich? Internationale Forscher zeigen, dass belastende Lebensereignisse sich nur wenig auf die Gesundheit von COPD-Patienten auszuwirken scheinen.**

---

Es ist allgemein bekannt, dass belastende Lebensereignisse sich negativ auf unsere geistige und körperliche Gesundheit auswirken können. Doch wie genau wirkt sich solcher Stress auf COPD-Patienten aus? Welchen Einfluss haben belastende Lebensereignisse auf ihre Gesundheit und ihr Verhalten?

### **Abgleich von Gesundheitsdaten mit belastenden Ereignissen**

Vier Forscher aus der Schweiz, der Niederlande und China haben genauer untersucht, welchen Einfluss sehr stressige Lebensereignisse auf die Gesundheit von Studienteilnehmer hatten. Dazu baten sie 266 Patienten, die sich in hausärztlicher Behandlung befanden und an einer [Beobachtungsstudie](#) teilnahmen, alle belastenden Lebensereignisse der letzten drei Jahre aufzuschreiben. Sie verglichen die Angaben der Teilnehmer im Anschluss mit den Gesundheitsdaten, die im Rahmen der [Beobachtungsstudie](#) vor und nach diesen Ereignissen erhoben wurden, um zu ermitteln, welchen Einfluss diese Ereignisse auf die Gesundheit der Teilnehmer hatten. Dabei achteten die Forscher auf Symptome für Depressionen und [Ängste](#), den Gesundheitszustand, die Lebensqualität in Bezug auf Atemnot, akute Verschlechterungen, wie viele Zigaretten geraucht wurden und wie körperlich aktiv die Teilnehmer waren.

### **Belastende Lebensereignisse hatten nur wenig Auswirkungen**

Von den 266 befragten Teilnehmern berichteten 110 von belastenden Lebensereignissen in den letzten drei Jahren, am häufigsten wurde der Tod eines Angehörigen oder nahestehenden Menschen genannt. Die Forscher berücksichtigten in ihrer Auswertung Alter, Geschlecht, Lebensstatus, Lungenfunktion und [Ängste](#) bzw. Depressionen zu Beginn. Ihre statistische Auswertung ergab, dass das Durchleben eines belastenden Lebensereignisses mit einer kleinen Zunahme der Symptome von Depressionen und Ängsten einherging und die körperliche Aktivität etwas abnahm. Auf den Gesundheitsstatus, die Atemnot oder akute Verschlechterungen hatte der Stress jedoch keine erkennbaren Auswirkungen. Diese Ergebnisse müssten aber durch weitere Beobachtungsstudien weiter belegt werden. Die Forscher erachten es außerdem als wichtig, Möglichkeiten zu finden, um Patienten zu erkennen, die durch belastende Lebensereignisse besonders gefährdet sind. Gerade Depressionen und Ängste können sich negativ auf den Therapieerfolg von COPD-Patienten auswirken.

**Referenzen:**

Respiration. 2018;95(2):73-79. doi: 10.1159/000481714. Epub 2017 Nov 1.

Impact of Stressful Life Events on Patients with Chronic Obstructive Pulmonary Disease.  
Yu T, Frei A, Ter Riet G, Puhan MA.

DCG DeutschesGesundheitsPortal

# 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“