

## Welche nicht-pharmakologischen Interventionen helfen bei COPD?

**Datum:** 07.01.2022

**Original Titel:**

Nonpharmacologic Therapies in Patients With Exacerbation of Chronic Obstructive Pulmonary Disease: A Systematic Review With Meta-Analysis

**Kurz & fundiert**

- Wissenschaftler fassten die Ergebnisse von 30 Studien zusammen, die sich mit nicht-pharmakologischen Interventionen bei Patienten mit COPD-Exazerbationen befasst hatten
- Folgende Interventionen verbesserten die körperliche Leistungsfähigkeit:
  - Krafttraining
  - Lungenrehabilitation
  - Ganzkörper-Vibrationstraining
  - transkutane elektrische Nervenstimulation ([TENS](#))
- Folgende Interventionen verbesserten die Lebensqualität:
  - Krafttraining
  - Kombination aus Atemtechnik und Bewegungsübungen
  - Ganzkörper-Vibrationstraining
  - intramuskuläres Vitamin D

**DGP - Verschiedene nicht-pharmakologische Interventionen konnten bei Patienten mit COPD-Exazerbationen die körperliche Leistungsfähigkeit und/oder die Lebensqualität verbessern. Krafttraining und Ganzkörper-Vibrationstraining konnten beispielsweise in beiden Punkten Erfolge verbuchen.**

---

Für die Behandlung der chronisch obstruktiven Lungenerkrankung (COPD) stehen verschiedene Wirkstoffe zur Verfügung. Doch auch nicht-pharmakologische Interventionen konnten bereits Erfolge verbuchen. Wissenschaftler aus den USA untersuchten in einer [Meta-Analyse](#) die Wirksamkeit verschiedener nicht-pharmakologischer Interventionen bei Patienten mit COPD-[Exazerbation](#).

**Wissenschaftler analysierten zusammenfassend die Ergebnisse von 30 Studien**

Die Wissenschaftler nutzten verschiedene Datenbanken (Embase, MEDLINE, Cochrane databases, Scopus und clinicaltrials.gov), um an geeignete randomisierte, kontrollierte Studien zu gelangen. [Einschlusskriterien](#) waren, dass die Studie bis zum 2. Januar 2019 veröffentlicht wurde und den

Effekt von nicht-pharmakologischen Interventionen auf Patienten mit COPD-[Exazerbation](#) untersuchte. Die Wissenschaftler fanden 30 geeignete Studien, die die Daten von 2643 Teilnehmern beinhalteten.

### **Manche nicht-pharmakologische Interventionen verbesserten die körperliche Leistungsfähigkeit und die Lebensqualität**

Verbesserungen der körperlichen Leistungsfähigkeit (6-Minuten-Gehtest) waren mit Krafttraining, Lungenrehabilitation, Ganzkörper-Vibrationstraining und transkutaner elektrischer Nervenstimulation ([TENS](#)) assoziiert. Die Wissenschaftler identifizierten zudem nicht-pharmakologische Interventionen, die mit einer Verbesserung der Lebensqualität einhergingen. Dazu gehörten Krafttraining, Kombinationen aus Atemtechnik und Bewegungsübungen, Ganzkörper-Vibrationstraining und intramuskuläres Vitamin D. Die Autoren gaben jedoch an, dass alle Beobachtungen auf einer niedrigen Evidenzstärke basieren.

Patienten mit COPD-Exazerbationen konnten somit von verschiedenen nicht-pharmakologischen Interventionen profitieren. So verbesserten beispielsweise Krafttraining und Ganzkörper-Vibrationstraining sowohl die körperliche Leistungsfähigkeit als auch die Lebensqualität der Patienten. Weitere Studien sind jedoch nötig, um diese Erkenntnisse zu bestätigen.

#### **Referenzen:**

Dobler CC, Morrow AS, Farah MH, et al. Nonpharmacologic Therapies in Patients With Exacerbation of Chronic Obstructive Pulmonary Disease: A Systematic Review With Meta-Analysis. *Mayo Clin Proc.* 2020;95(6):1169-1183.  
doi:10.1016/j.mayocp.2020.01.018

# 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“