

Weniger Krankenhausaufenthalte mit betreutem Übungsprogramm nach Reha

Datum: 20.07.2021

Original Titel:

Efficacy of supervised maintenance exercise following pulmonary rehabilitation on health care use: a systematic review and meta-analysis.

DGP – Eine weitere Betreuung nach einer Lungenrehabilitation mit Übungen zum Erhalt der Verbesserungen sorgen dafür, dass COPD-Patienten seltener ins Krankenhaus müssen. Zu diesem Ergebnis kommen britische Forscher.

Der klinische Nutzen eines betreuten Sportprogramms zur Erhaltung der Verbesserungen nach einer Lungenrehabilitation bei COPD ist bisher unklar. Britische Forscher haben daher in einer Übersichtsarbeit die verfügbaren Erkenntnisse zu solch einem Übungsprogramm im Vergleich zu der üblichen Versorgung nach Abschluss einer Lungenrehabilitation zusammengefasst. Sie bezogen sich dabei vor allem auf die Aspekte der Nutzung der Gesundheitsversorgung und der Sterblichkeit.

Wer weiter Übungen absolvierte, musste seltener ins Krankenhaus

Die Wissenschaftler recherchierten in verschiedenen medizinischen Datenbanken entsprechende Literatur und werteten diese aus. Dabei berücksichtigten sie besonders Krankenhauseinweisungen aufgrund von Atemwegsbeschwerden, akute Verschlechterungen, die eine Behandlung mit [Antibiotika](#) und/oder [Kortison](#) nötig machten, sowie die Sterblichkeit. Die Forscher fanden acht Studien mit insgesamt 790 COPD-Patienten, die für die Übersichtsarbeit ausgewertet werden konnten. Die Auswertung zeigte, dass ein betreutes Sportprogramm zur Erhaltung im Vergleich zur Standardversorgung nach einer Lungenrehabilitation das Risiko von mindestens einer Krankenhauseinweisung aufgrund von Atemwegsbeschwerden nachweislich reduziert. Außerdem legen die Ergebnisse nahe, dass ein betreutes Übungsprogramm zur Erhaltung zu einer Verringerung des Gesamtrisikos einer akuten Verschlechterung und der Sterblichkeit führt.

Weitere Untersuchungen für gesicherte Erkenntnisse nötig

Die Forscher fassen zusammen, dass in dieser ersten Übersichtsarbeit in diesem Bereich die aktuellen Erkenntnisse zeigen, dass ein fortgeführtes betreutes Übungsprogramm zur Erhaltung im Vergleich zur Standardversorgung nach einer Lungenrehabilitation bei COPD die Inanspruchnahme des Gesundheitssystems verringert. Weitere Untersuchungen zu diesem Thema sollten folgen, betonen die Wissenschaftler, um ein noch besseres Bild zu diesem Thema zu erhalten.

Referenzen:

Jenkins AR, Gowler H, Curtis F, Holden NS, Bridle C, Jones AW. Efficacy of supervised maintenance exercise following pulmonary rehabilitation on health care use: a systematic review and meta-analysis. Int J Chron Obstruct Pulmon Dis. 2018 Jan 10;13:257-273. doi: 10.2147/COPD.S150650. eCollection 2018.

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“