

Ambulante Rehabilitation bei COPD

r -- Man WD, Polkey MI, Donaldson N et al. Community pulmonary rehabilitation after hospitalisation for acute exacerbations of chronic obstructive pulmonary disease: randomised controlled study. BMJ 2004 (20. November); 329: 1209-13

[\[LINK\]](#)

Zusammenfassung: Markus Häusermann

Kommentar: Jörg Leuppi

Studienziele

Lungenrehabilitation verbessert Leistungsfähigkeit und Lebensqualität bei Kranken mit chronisch-obstruktiver Lungenerkrankung (COPD). Mit dieser randomisierten Studie wurde untersucht, ob dies auch für ein ambulantes Lungenrehabilitationsprogramm im Anschluss an eine Hospitalisation wegen akuter Exazerbation einer COPD gilt.

Methoden

42 Männer und Frauen, die wegen einer akuten Exazerbation einer COPD hospitalisiert waren, wurden nach Spitalentlassung nach dem Zufall einer Standardbehandlung zugeführt oder zusätzlich in ein ambulantes Rehabilitationsprogramm aufgenommen. Dieses dauerte 8 Wochen und umfasste 2-mal wöchentlich ein körperliches Training und Instruktionen für den Umgang mit der Krankheit. Ferner wurden die Personen der Interventionsgruppe zu täglich 20 Minuten Heimtraining angehalten. 3 Monate nach Spitalentlassung wurde bei beiden Gruppen die Anstrengungstoleranz (Gehdistanz mit steigendem Tempo) gemessen sowie mit strukturierten Standardfragebogen der krankheitsspezifische und der allgemeine Gesundheitszustand erfasst.

Ergebnisse

Von 34 Kranken waren die Daten auswertbar. Im Mittel wurden die Sitzungen von 73% der Mitglieder der Rehabilitationsgruppe besucht. Nach Lungenrehabilitation waren Gehstrecke sowie krankheitsspezifischer und allgemeiner Gesundheitszustand im Mittel signifikant besser als mit der Standardtherapie. Teilnehmende am Rehabilitationsprogramm suchten auch signifikant seltener die Notfallstation des Spitals auf als Mitglieder der Kontrollgruppe.

Schlussfolgerungen

Nach einem Spitalaufenthalt wegen akuter Exazerbation einer COPD verbessert ein 8-wöchiges ambulantes Lungenrehabilitationsprogramm die Leistungsfähigkeit und die Lebensqualität im Vergleich zu einer alleinigen medikamentösen Therapie und spart Spitalkosten.

Zusammengefasst von Markus Häusermann

Die pulmonale Rehabilitation zählt heutzutage zu den wichtigsten und effektivsten «Basistherapien» der COPD. Die erneut gewonnene Leistungsfähigkeit bewirkt eine erfreuliche Verbesserung der Lebensqualität. Diese randomisierte, kontrollierte «single-center»-Studie zeigt nun, dass eine frühe, pulmonale Rehabilitation unmittelbar nach Hos-

pitalisation wegen einer COPD-Exazerbation sicher durchgeführt und schon früh eine verbesserte Leistungsfähigkeit und somit Lebensqualität erzielt werden kann. In der vorliegenden Arbeit fehlt aber eine detaillierte Beschreibung der medikamentös-inhalativen Therapie während der Hospitalisation wie auch der anschliessenden Rehabilitationsphase. Somit lässt sich leider nicht sicher ausschliessen, dass ein Teil des erreichten Effektes auf eine entsprechend ausgebauten Inhalationstherapie zurückzuführen ist. Nichtsdestotrotz scheint der frühe Rehabilitationseffekt sehr deutlich zu sein; insbesondere wenn man bedenkt, dass ein Drittel der Teilnehmenden weniger als die Hälfte der Rehabilitationsklassen auch wirklich besucht hat.

Jörg Leuppi