

Pulmonale Rehabilitation zuhause?

r -- Maltais F, Bourbeau J, Shapiro S et al. Effects of home-based pulmonary rehabilitation in patients with chronic obstructive pulmonary disease: a randomized trial. Ann Intern Med 2008 (16. Dezemeber); 149: 869-78

[\[LINK\]](#)

Zusammenfassung: Peter Ritzmann

Die pulmonale Rehabilitation zählt heute zu den wichtigsten «Basistherapien» der chronisch-obstruktiven Lungenkrankheit (COPD, siehe infomed-screen März 2005), wird aber in der Praxis relativ selten durchgeführt. Üblich ist die Variante eines ambulanten Programms an einer Klinik mit körperlichem Training und Instruktionen. Die Wirkung einer zuhause durchgeführten und selbstkontrollierten Rehabilitation wurde bisher erst in wenigen Studien mit der Rehabilitation in der Klinik verglichen. In diese kanadische Studie wurden 252 Personen mit mittelschwerer bis schwerer COPD aufgenommen. Nach einer vierwöchigen Instruktionsphase wurden sie in zwei Gruppen randomisiert: das körperliche Training wurde entweder ambulant an der Klinik oder zuhause weitergeführt.

Ein Jahr später unterschieden sich die beiden Gruppen kaum bezüglich des primären Endpunktes (Dyspnoe gemäss «Chronic Respiratory Questionnaire»). In beiden Gruppen hatte sich die Dyspnoe innerhalb von 3 Monaten deutlich verbessert, diese Verbesserung verschwand aber teilweise in den darauffolgenden Monaten wieder. Die Lungenfunktionswerte blieben in beiden Gruppen praktisch unverändert.

Mit der pulmonalen Rehabilitation hätten wir eine wirksame Behandlung, welche die Leistungsfähigkeit und damit die Lebensqualität von COPD-Kranken verbessert. Trotzdem kommt wohl nur ein kleiner Teil der COPD-Kranken je in den Genuss einer strukturiert durchgeführten Rehabilitation. Wenn das körperliche Training zuhause durchgeführt werden kann, wie es in dieser Studie praktiziert wurde, könnte dies die Schwelle für ein Rehabilitationsprogramm senken. Trotzdem ist die Durchführung weiterhin an eine entsprechende Institution gebunden, wo entsprechend ausgebildetes Personal den Instruktionsteil vermittelt. Und damit bleibt die Hürde hoch für Leute, die nicht in unmittelbarer Nähe einer solchen leben.

Zusammengefasst von Peter Ritzmann