

„Die Effekte trainingsbasierter kardiologischer Rehabilitation auf das Symptom Angst bei Patienten mit chronischen Herzerkrankungen – eine systematische Literaturübersicht“

Silke Wolf B.Sc. Phys.

Hintergrund:

Chronisch Kranke, also auch Patienten mit chronischen Herzerkrankungen, haben ein zweifach höheres Risiko psychische Beschwerden zu entwickeln als Gesunde.

Über 50% der chronisch herzerkrankten Patienten berichten, dass Ängste ihr Leben stark beeinflussen. Die wissenschaftliche Auseinandersetzung mit diesem Thema ist allerdings noch lückenhaft. Bekannt ist hingegen, dass körperliches Training antidepressive, angstverringende und stimmungsaufhellende Effekte zur Folge hat.

Zielsetzung:

Das systematische Review untersucht, ob zwischen trainingsbasierter kardiologischer Rehabilitation (teilweise im multimodalen Setting durchgeführt) und standardmäßig durchgeführter medizinischer Behandlung ein Unterschied der Therapieeffekte in Hinblick auf das Symptom Angst besteht. Sekundär werden Veränderungen des Trainingszustandes der Rehabilitationsteilnehmer analysiert.

Material und Methoden:

Im Zeitraum von 09.2013 bis 10.2013 wurden die Online-Datenbanken Medline, The Cochrane Library, CINAHL, PEDro und PsycINFO hinsichtlich der Fragestellung durchsucht. Zur qualitativen Beurteilung der eingeschlossenen Studien wurde die PEDro-Liste verwendet.

Ergebnisse:

Die Recherche ergab insgesamt 2131 Resultate. Acht randomisierte, kontrollierte Studien konnten eingeschlossen werden. Die Literaturübersicht zeigt, dass die Teilnahme an einer kardialen Rehabilitation zu einer Verringerung der Angstwerte auf den üblicherweise verwendeten Erhebungsinstrumenten (HADS, MAS, STAI) führt. Dies gilt für multimodal durchgeführte sowie für rein trainingsbasierte Rehabilitation in gleichem Maße. Standardmäßige medizinische Versorgung führt zu weniger deutlichen Veränderungen.

Weiterhin konnte gezeigt werden, dass sich der Trainingszustand der Patienten durch kardiale Rehabilitation verbesserte.

Ein diskreter Zusammenhang zwischen Angstreduktion und Anstieg der aeroben Leistungsfähigkeit ist festzustellen.

Schlussfolgerung:

Die positiven Effekte körperlichen Trainings können im vorliegenden Review klar dargestellt werden. Allerdings wird weiterer Forschungsbedarf bezüglich des Zusammenhangs physischer und psychischer Gesundheit deutlich. Denn die Realisation einer interdisziplinären, psychosomatischen Medizin in der Praxis ist weiterhin defizitär.

Literatur:

1. Härter, M. et al. (2007): Increased 12-Month Prevalence Rates of Mental Disorders in Patients with Chronic Somatic Diseases. *Psychotherapy and Psychosomatics* (76) 6: 354–360.
2. Heran, B. S. et al. (2011): Exercise-based cardiac rehabilitation for coronary heart disease. *The Cochrane database of systematic reviews* 7: CD001800
3. Jeon, Y.-H. et al. (2010): The experience of living with chronic heart failure: a narrative review of qualitative studies. *BMC Health Services Research* (10) 1: 77.