**Prof. Dr. med.
Curt Diehm**
Karlsbad,
Angiologie

**Prof. Dr. med.
Joachim Hoyer**
Marburg,
Nephrologie

**Prof. Dr. med.
Gerald Klose**
Bremen,
Lipidologie

**Priv.-Doz. Dr. med.
Florian Masuhr**
Berlin,
Neurologie

**Prof. Dr. med.
Georg Nickenig**
Bonn,
Kardiologie

Gelesen und kommentiert

Postthrombotisches Syndrom

Hilft diesen Patienten ein Gehtraining?

Nach einer tiefen Beinvenenthrombose entwickelt sich bei bis zu jedem zweiten Patienten ein chronisches postthrombotisches Syndrom (PTS). Ob ein Gehtraining die Symptome und die Lebensqualität dieser Patienten verbessern kann, wurde nun untersucht.

© H. S. Fiebel

Postthrombotisches Syndrom am linken Unterschenkel.

■ Kahn und Kollegen führten eine randomisierte Pilotstudie zur Analyse der Machbarkeit eines Gehtrainings zur Behandlung des PTS durch. Zu diesem Zweck wurden 43 Patienten mit einer einseitigen tiefen Venenthrombose zu einem sechsmonatigen strukturierten und supervidierten Gehtrainingsprogramm randomisiert, das Elemente zur Kräftigung und Dehnung sowie ein aerobes Training enthielt. Dieses Training fand innerhalb der ersten beiden Wochen dreimal wöchentlich, während der dritten Woche zweimal wöchentlich und danach einmal wöchentlich statt.

Die Kontrollgruppe sah einen standardisierten Diavortrag über das PTS und wurde nach einem, zwei, vier und fünf Monaten telefonisch kontaktiert und zum Gesamtzustand und zu Beinsymptomen befragt. Zudem wurde die venenspezifische Lebensqualität mit dem VEINES-Fragebogen erfragt und der Schweregrad des PTS mithilfe der Villalta-Skala bestimmt. Zum Schluss wurden die Kraft, Flexibilität und Übungskapazität auf dem Laufband untersucht.

Nach drei Monaten hatten drei Patienten aus der Trainingsgruppe das Trainingsprogramm aufgegeben.

Nach sechs Monaten zeigten sich in der Trainingsgruppe signi-

fikante Verbesserungen im VEINES-Fragebogen (durchschnittliche Veränderung: 6,0 versus 1,4; 95%-Konfidenzintervall: 0,54–8,7; $p = 0,027$).

In dieser Pilotstudie konnten keine Veränderungen im Villalta-Score gefunden werden. Jedoch war das Trainingsprogramm mit einer deutlichen Verbesserung der Kraft und Flexibilität der unteren Extremitäten verbunden.

■ Kommentar: Die Autoren schlussfolgerten, dass ein strukturiertes Training die Folgen des PTS verbessern kann. Jedoch sollten diese Ergebnisse in einer größer angelegten Studie untersucht werden.

Obwohl die Rate derjenigen, die das Training aufgaben, deutlich niedriger war als man das aus der konservativen Therapie von Patienten mit peripherer arterieller Verschlusskrankheit kennt, wäre es interessant zu sehen, ob ein weniger aufwendiges Training einen ähnlichen Effekt bei Patienten mit tiefer Beinvenenthrombose erbringen kann.

**Priv.-Doz. Dr. med. Nicolas Diehm,
Schweizer Herz- und Gefäßzentrum,
Inselspital Bern ■**

■ Kahn SR et al. Six-month exercise training program to treat post-thrombotic syndrome: a randomized controlled two-centre trial. CMAJ 2011;183:37–44