Diabetologe 2009 · 5:121
 DOI 10.1007/s11428-009-0394-0
 Online publiziert: 13. März 2009
 © Springer Medizin Verlag 2009

B. Rose

Institut für Klinische Diabetologie, Deutsches Diabetes-Zentrum, Leibniz-Zentrum für Diabetesforschung an der Heinrich-Heine-Universität, Düsseldorf

Einfluss eines Gewichtsmanagementprogramms auf die Lebensqualität bei Patienten mit Typ-2-Diabetes

Originalpublikation

Williamson DA, Rejeski J, Lang W et al. for the Look AHEAD Research Group (2009) Impact of a weight management program on health-related quality of life in overweight adults with type 2 diabetes. Arch Intern Med 169:163-171

Übergewicht stellt einen wesentlichen Risikofaktor für Diabetes mellitus Typ 2 und weitere Komorbiditäten dar. Verschiedenste Programme zur Gewichtsreduktion konnten bereits meist kurzfristige, einige aber auch längerfristige Erfolge auf Körpergewicht und metabolische Faktoren nachweisen. Neben diesen medizinischen Endpunkten rückt die gesundheitsbezogene Lebensqualität zunehmend in den Mittelpunkt des Interesses, da sie eine insbesondere für den Patienten maßgebliche Größe darstellt. Welche Auswirkungen eine strukturierte Lebensstilintervention auf die Lebensqualität hat, wurde aber bisher nur in kleineren Studien untersucht.

Studiendesign und Ergebnisse

Die Look-AHEAD- („Action for Health in Diabetes-“) Studie ist eine multizentrische, randomisierte, kontrollierte Studie, in der die Auswirkungen einer intensiven Lebensstiländerung zur Gewichtsabnahme (individuelle Beratung plus Gruppenschulung für Ernährung und körperliche Aktivität) auf kardiovaskuläre Endpunkte gegenüber einer Standardbetreuung bei übergewichtigen Patienten mit Typ-2-Diabetes untersucht werden. Dabei wird neben anthropometrischen und metabolischen Variablen auch die gesundheitsbezogene Lebensqualität über Fragebögen erfasst. Es wird einerseits der

SF-36, ein Standardinstrument zur Erfassung des Gesundheitsstatus, eingesetzt, der sich in je eine Skala zur körperlichen und zur psychischen Gesundheit von 0 bis 100 aufteilt, wobei der Durchschnitt der Normalbevölkerung auf einen Scorewert von 50 gesetzt wird. Andererseits wird das Ausmaß der Depressivität über den BDI-II (Beck's Depressionsinventar) erfasst.

In diese Auswertung gingen die Einjahresdaten von 5145 Teilnehmern ein. Das mittlere Alter der Patienten betrug $58,7 \pm 6,9$ Jahre, der „Body Mass Index“ $36 \pm 6 \text{ kg/m}^2$, 60% der Teilnehmer waren Frauen. Nach einem Jahr zeigte sich eine Verbesserung der körperlichen Gesundheit bei der Gruppe mit der intensiven Lebensstilintervention sowohl im Vergleich zu Studienbeginn (1,65 Punkte, $p < 0,001$), als auch im Vergleich zur Standardtherapie, bei der sich die Werte sogar verschlechterten ($-1,27$ Punkte, $p < 0,001$).

Auch die Depressivität wurde geringer. Es trat bei beiden Gruppen eine Reduktion auf, die jedoch bei der intensiv behandelten Gruppe stärker ausgeprägt war (0,55 Punkte, $p < 0,001$). Die Werte zur psychischen Gesundheit zeigten keine signifikanten Veränderungen gegenüber dem Ausgangsbefund oder zwischen den Therapiearmen. Die Verbesserung der Werte zur körperlichen Gesundheit und zur Depressivität war umso ausgeprägter, je niedriger der Score zu Beginn der Studie war.

Interessanterweise hatten weitere Komorbiditäten, die Anzahl der körperlichen Symptome der Grunderkrankung sowie das Alter bei Studienbeginn keinen Einfluss auf die Interaktion von Therapiearm und Verbesserung der Lebensqualität. Das Ausmaß der Reduktion der körperlichen Symptome durch die Interventi-

on, der Gewichtsverlust und die Verbesserung der körperlichen Fitness konnten die Steigerung der Lebensqualität dagegen teilweise, aber nicht vollständig, erklären. Hier spielen anscheinend weitere Faktoren (z. B. Unterstützung in der Gruppe, verbesserte metabolische Variablen usw.) eine Rolle.

Kommentar

Die Look-AHEAD-Studie bietet zum ersten Mal eine ausreichend große Patientenzahl, um sichere Aussagen über die Auswirkungen eines Lebensstilprogramms auf die gesundheitsbezogene Lebensqualität treffen und Analysen von wesentlichen Einflussgrößen durchführen zu können. Wenn die Effekte auch hochsignifikant sind, erweisen sich die Änderungen als relativ gering, so dass frühere, kleinere Studien zu widersprüchlichen Ergebnissen kamen.

Mit Spannung sind hier die zukünftigen Analysen der weiteren Follow-up-Untersuchungen zu erwarten, da sich der zunächst ausgeprägte Effekt der Gewichtsreduktion über die längere Studiendauer häufig deutlich abschwächt. Andere Untersuchungen haben gezeigt, dass damit auch der positive Effekt auf die Lebensqualität verloren geht.

Korrespondenzadresse

Dr. B. Rose

Institut für Klinische Diabetologie,
 Deutsches Diabetes-Zentrum,
 Leibniz-Zentrum für Diabetesforschung
 an der Heinrich-Heine-Universität
 Auf'm Hennekamp 65, 40225 Düsseldorf
 bettina.rose@ddz.uni-duesseldorf.de

Interessenkonflikt. Die korrespondierende Autorin weist auf folgende Beziehung hin: Reisekostenübernahme durch Sanofi-Aventis.