



H. Worth

Praxis Drs Bily/Kellermann, Facharztforum Fürth, Fürth, Deutschland

Ambulante Bewegungstherapie bei chronischen Lungenerkrankungen

Infolge ihrer funktionellen Einschränkungen klagen Patienten mit chronischen Lungenerkrankungen häufig über Belastungsdyspnoe. Die verminderte Belastbarkeit führt zu einer Abwärtsspirale mit zunehmend eingeschränkter Belastbarkeit und Konditionsschwäche, verbunden mit der Abnahme der Fähigkeit, den Alltag zu bewältigen. Letztlich resultieren körperliche Inaktivität und häufig soziale Isolation, welche die Lebensqualität und Prognose des chronisch Lungenerkrankten herabsetzen.

Ziel der Bewegungstherapie und des körperlichen Trainings ist die Durchbrechung dieser Abwärtsspirale. Durch Steigerung von Kraft und Ausdauer der Muskulatur sowie verbesserter Koordination können die Patienten nach einem adäquaten Trainingsprogramm trotz fortbestehender Lungenerkrankung häufig ihre Alltagsaktivitäten besser bewältigen, was zu einer Zunahme der Lebensqualität beiträgt. Nachhaltige Trainingseffekte und eine dauerhafte Steigerung der körperlichen Aktivität sind allerdings nur dann zu erwarten, wenn für den betroffenen Patienten wohnortnahe Möglichkeiten zu einer ambulant durchführbaren Trainingstherapie bestehen und diese von ihm auch genutzt werden. Die ambulante Bewegungstherapie kann individuell, z. B. in einem Fitnessstudio, oder auch in ambulanten Lungensportgruppen mit und ohne Geräteunterstützung ausgeübt werden.

H. Worth analysiert in seinem Beitrag die Evidenz positiver Effekte des ambulanten Trainings bei verschiedenen chronischen Atemwegs- und Lungenerkrankungen. Ferner erläutert er die medizinischen Voraussetzungen für die Teilnahme an ambulanten Lungensportgruppen,

Aspekte der Durchführung sowie Besonderheiten in Abhängigkeit von der zugrundeliegenden Erkrankung.

Da die Verordnung von Lungensport, der zum Rehabilitationssport gehört, nicht jedem Arzt geläufig ist und dies auch ein Grund für die unzureichende Nutzung der Therapieoption „Bewegungstherapie“ bei Patienten mit chronischen Lungenerkrankungen ist, zeigt K. Taube die Möglichkeiten der ärztlichen Verordnung von Lungensport auf Basis der organisatorischen Grundlagen, der Rahmenvereinbarung über den Rehabilitationssport und das Funktionstraining, auf. Die praktisch wichtige Antragstellung auf Kostenübernahme bei der Deutschen Rentenversicherung, den gesetzlichen Krankenversicherungen oder anderen Kostenträgern wird ausführlich unter Berücksichtigung des Leistungsumfangs und von Folgeverordnungen erläutert.

» Nur ein adäquates und nachhaltiges Training verbessert Leistungsfähigkeit und Lebensqualität

R. Glöckl beschreibt die Effekte eines gerätegestützten Trainings. Er geht dabei praxisnah auf die Möglichkeiten und die Durchführung von Ausdauer- und Krafttraining ein, erläutert die Unterschiede zwischen Dauer- und Intervallmethode und beschreibt Kriterien für die auf den Patienten bezogene individuelle Auswahl der geeigneten Trainingsform. Ferner geht er auf Vorzüge und Nachteile von Geh- und Fahrradtraining ein. Schließlich werden die Strukturen der

gerätegestützten Trainingstherapie in der pneumologischen Rehabilitation, das Problem des Ausschlusses von gerätegestütztem Training in ambulanten Lungensportgruppen sowie die Verordnung einer gerätegestützten Krankengymnastik analysiert.

M. Spielmanns gibt einen Überblick über aktuelle Ergebnisse, Trends und Problemstellungen beim Training von Patienten mit COPD. Er beschreibt die Einsatzmöglichkeiten von Monitoren für die Überwachung der körperlichen Aktivität, die neben der Erfassung der körperlichen Aktivität auch zur Aktivitätssteigerung motivieren und eventuell auch für die Erfassung positiver Effekte einer medikamentösen Therapie bzw. zur Erkennung von Verschlechterungen im Rahmen von Exazerbationen eingesetzt werden können. Das Ganzkörpervibrations-training und das sensomotorische Training stellen neue Trainingsformen für COPD-Patienten dar, die die Motivation für ein dauerhaftes Training bzw. eine dauerhaft adäquate körperliche Aktivität steigern. Hierzu könnten auch internetbasierte Module beitragen. Erste Vergleiche mit einer konventionellen ambulanten Rehabilitation zeigen, dass ein interaktives, webbasiertes Programm eine akzeptable Modalität ist, vor allem für die Patienten, die ein ambulantes oder stationäres Trainingsprogramm ablehnen.

Alle Beiträge dienen dem Ziel, dem behandelnden Arzt die Chancen der Therapieoption „körperliches Training“ für Patienten mit chronischen Lungenerkrankungen aufzuzeigen und den Zugang sowie die Verordnung von Lungensport im ambulanten Bereich zu erleichtern.



Prof. Dr. Heinrich Worth

Korrespondenzadresse

Prof. Dr. H. Worth

Praxis Drs Bily/Kellermann, Facharztforum Fürth
Bahnhofplatz 6, 90762 Fürth, Deutschland
heinrich.worth@t-online.de

Interessenkonflikt. H. Worth gibt an, dass kein Interessenkonflikt besteht.

Deutsche Hochdruckliga schreibt Wissenschaftspreise aus

Die Deutsche Hochdruckliga e. V. DHL® – Deutsche Gesellschaft für Hypertonie und Prävention startet 2017 wieder eine neue Ausschreibungsrunde ihrer Wissenschaftspreise für hervorragende wissenschaftliche Original- und Promotionsarbeiten zum Thema Bluthochdruck. Die Preisverleihung findet im Rahmen des 41. Wissenschaftlichen Jahreskongresses der Deutschen Hochdruckliga vom 10. bis 11. November 2017 in Mannheim statt.

Mit dem Dieter-Klaus-Förderpreis für die Hochdruckforschung zeichnet die Deutsche Hypertonie Stiftung DHS® Arbeiten auf dem Gebiet der experimentellen, der klinischen oder der epidemiologischen Hochdruckforschung aus. Bewerben können sich Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler aus Europa mit bislang unveröffentlichten beziehungsweise nicht vor dem 10. November 2016 veröffentlichten (Gemeinschafts-) Arbeiten bis zum vollendeten 40. Lebensjahr.

Der Forschungspreis Dr. Adalbert Buding richtet sich an Ärztinnen und Ärzte aus dem deutschsprachigen Raum, die neue Erkenntnisse in der Bluthochdruckforschung gewonnen haben, die ebenfalls noch unveröffentlicht sind beziehungsweise nicht vor dem 10. November 2016 erschienen sind. Auch hier sollten die Forschenden nicht älter als 40 Jahre sein. Gemeinschaftsarbeiten sind zugelassen.

Der Förderpreis der Deutschen Hochdruckliga e.V. DHL® für Sport und nicht-medikamentöse Therapie bei Bluthochdruck zeichnet herausragende Forschungsprojekte im Themenfeld Sport, nicht-medikamentöse Therapie und Hypertonie aus. In Frage kommen zudem Initiativen oder Projekte aus der Öffentlichkeitsarbeit, Selbsthilfegruppen oder innovative Therapiekonzepte. Voraussetzung für eine Bewerbung ist, dass noch keine Auszeichnung erfolgt ist.

Erstmals vergibt der Vorstand der Deutschen Hochdruckliga in diesem Jahr einen Förderpreis für vorbildliche Projekte zur Verbesserung der Therapietreue von Hypertonikern. Ausgezeichnet werden herausragende Projekte, die dieses Ziel verfolgen, ebenso Initiativen, Aktivitäten in den Bereichen Öffentlichkeitsarbeit, Selbsthilfegruppen und innovative Therapiekonzepte. Die eingereichte Arbeit darf ebenfalls nicht schon anderweitig ausgezeichnet sein.

Mit den „Best of...“ Preisen prämiert die DHL® die besten freien Vorträge sowie die besten Poster auf dem 41. Wissenschaftlichen Kongress. Teilnehmen kann, wer das 35. Lebensjahr noch nicht vollendet hat. Die Abstracts können bis zum 11. Juli 2017 online eingereicht werden unter www.hypertonie2017.de. Die Einreicher der besten Poster und freien Vorträge werden bis Mitte August 2017 ermittelt und zu einer „Best of...“ Session auf den Kongress eingeladen. Die Einladung ist mit einem Reisestipendium verbunden. Die drei besten Poster beziehungsweise Vorträge erhalten nach der Session einen „Best of...“ Preis.

Darüber hinaus vergibt die DHL® bereits zum fünfzehnten Mal Reisestipendien im Rahmen des Young Investigator Award an Abstract-Einreicher im Vorfeld des Jahreskongresses. Abstracts können von Wissenschaftlern bis zum vollendeten 35. Lebensjahr bis zum 21. September 2017 ebenfalls online unter www.hypertonie2017.de eingereicht werden.

Die Auswahlverfahren für die ausgeschriebenen Preise sind kompetitiv und die Begutachtung erfolgt durch ein unabhängiges Expertengremium. Die Unterlagen müssen bis zum 11. Juli beziehungsweise 15. August 2017 in der Geschäftsstelle der DHL®, Berliner Straße 46, 69120 Heidelberg, vorliegen beziehungsweise online eingereicht werden.

Quelle:

**Deutsche Hochdruckliga e.V. DHL®
Deutsche Gesellschaft für Hypertonie
und Prävention
www.hochdruckliga.de**