

Chronisch obstruktive Lungenerkrankung

Gestörte Balance fördert Inaktivität bei COPD

Fragestellung: Welchen Einfluss hat die Balance und Koordination auf die körperliche Aktivität älterer COPD-Patienten?

Hintergrund: Dass die körperliche Aktivität bei COPD-Patienten abnimmt, ist bekannt [1]. Neu ist hingegen, dass auch die Balance und Koordination für die Aktivität wichtig sind und bisher kaum berücksichtigt wurden. Mit ihrer Arbeit wollten die Auto-

ren den Zusammenhang zwischen Koordinations- sowie Gleichgewichtseinschränkungen und körperlicher Aktivität unter Anwendung von Aktivitätsmonitoren (Accelerometer) bei älteren COPD-Patienten untersuchen.

Patienten und Methoden: 24 COPD-Patienten in einem

Durchschnittsalter von 72 Jahren wurden in die Querschnittsstudie mit gematchten gesunden Probanden im gleichen Altersschnitt verglichen. Es wurden der Ein-Bein-Stand, kombinierte körperliche Aktivitäten, die 4-Meter-Gehgeschwindigkeit und die tägliche Schrittzahl erfasst. Mithilfe einer multivariaten Regressionsanalyse wurden mögliche Korrelationen berechnet.

Ergebnisse: Die Gruppe der COPD-Patienten zeigte eine signifikant kürzere Ein-Bein-Stand-Zeit, weniger körperliche Aktivität und eine niedrigere Tagesschrittzahl. Die Analysen ergaben, dass die eingeschränkte Balancefähigkeit den größten Einfluss auf die Inaktivitätsentwicklung hatte.

Schlussfolgerungen: Einschränkungen in Balance und Aktivität finden sich gehäuft in der COPD-Gruppe. Die beobachteten Koordinationsstörungen waren ein unabhängiger Prädiktor für mangelnde körperliche Aktivität.

Originalie

Jackson Iwakura M, Okura K, Shibata K, et al. Relationship between balance and physical activity measured by an activity monitor in elderly COPD patients. *Int J Chron Obstruct Pulmon Dis.* 2016 Jul 1;11:1505–14.

– Kommentar von Prof. Hans-Jürgen Heppner

Gleichgewichtstests in der Geriatrie gefragt

Der Zusammenhang zwischen Balance und Aktivität mag auf den ersten Blick banal erscheinen. Jedoch verbirgt sich dahinter eine Überlegung, die scheinbar bisher immer außer Acht gelassen wurde. Körperliche Aktivität ist enorm wichtig für die

Therapie der COPD bei geriatrischen Patienten [2]. Allein die gestörte Koordination führt bei der untersuchten Patientengruppe zu signifikant weniger Tagesritten. Dies bedeutet in der Folge weniger Training und Belastbarkeit. Dies wiederum ist in der Therapie bei COPD nicht dienlich, zumal ein Nachlassen der körperlichen Aktivität die Lebensqualität deutlich einschränkt.

Zusätzlich zeigt die Studie, dass ein Großteil der COPD-Patienten die empfohlenen 30-minütige Aktivität pro Tag [3] nicht erreicht. Allein dies impliziert dringenden Handlungsbedarf. Sicherlich ist die kleine

Fallzahl und die nicht Berücksichtigung der Komorbiditäten eine Schwäche der Arbeit, ändert aber nichts an der Relevanz des Themas.

Daher ist es wichtig, zukünftig im Rahmen der körperlichen Untersuchung bei geriatrischen COPD-Patienten auch das Gleichgewicht und die Balance zu testen. Dies muss nicht immer mit dem Ein-Bein-Stand erfolgen, der Semi-Tandem oder Tandemstand sind hierfür bestimmt genauso geeignet.

Literatur

1. Beauchamp MK, O'Hoski S, et al. Effect of pulmonary rehabilitation on balance in persons with chronic obstructive pulmonary disease. *Arch Phys Med Rehabil* 2010;91:1460–65
2. Cafarella PA et al. Treatments for anxiety and depression in patients with chronic obstructive pulmonary disease: a literature review. *Respirology*. 2012;17:627–38
3. Walz H, Pitta P, Rochester CL. An official European respiratory Society statement on physical activity in COPD. *Eur Respir J* 2014;44:1521–37

Gleichgewicht halten – das schaffen COPD-Patienten seltener als gesunde Menschen.



© harphotography / Getty Images / Stock



Univ.- Prof. Dr. med.
Hans Jürgen Heppner

Chefarzt Geriatrische Klinik und Tagesklinik
Lehrstuhl für Geriatrie
Universität Witten/Herdecke
Dr.-Moeller-Straße 15, 58332 Schwelm
hans.heppner@uni-wh.de