

Autor: Marie Elsner v. der Malsburg

Titel: Untersuchung zur Einsetzbarkeit und Effektivität eines strukturierten Übungsprogramms in der Rehabilitation bei Brustkrebspatientinnen mit Fatigue

Quelle: Cuvillier Verlag, Göttingen 2006

Kurzgliederung:

Einleitung

1. Die Diagnose Brustkrebs und ihre Folgen

1.1 Brustkrebs

1.2 Die Gesundheitsbezogene Lebensqualität

1.3 Tumorbedingte Fatigue

1.4 Lebensqualität in der onkologischen Rehabilitation

2. Sportliche Aktivität und Brustkrebs

2.1 Sport als Instrument der Prävention und Therapie bei unterschiedlichen Krankheitsbildern

2.2 Sportliche Aktivität in der primären Brustkrebsprävention

2.3 Sportliche Aktivität während der Krebsbehandlung

2.4 Sportliche Aktivität in der Brustkrebsrehabilitation

2.5 Lebensqualitätsbezogene Effekte sportlicher Aktivität in der Brustkrebsrehabilitation

2.6 Der Einfluss von sportlicher Aktivität auf tumorbedingte Fatigue

3. Studie

3.1 Aufbau und Inhalt des Übungsprogramms „Fitness trotz Fatigue“

3.2 Studienziel

3.3 Probandenrekrutierung und Dauer der Studie

3.4 Kontrollgruppe

3.5 Versuchsdurchführung und Ablauf der Studie

3.6 Instrumente und Methoden

3.7 Hypothesen

4. Ergebnisse

4.1 Ausprägung und Grad von Fatigue in der stationären Rehabilitation

4.2 Stichprobenbeschreibung

4.3 Sportliche Aktivität

4.4 Trainingsprotokoll

4.5 Lebensqualität

4.6 Leistungsdiagnostik

5. Diskussion

5.1 Diskussion der Methodik

5.2 Diskussion der Ergebnisse

6. Perspektiven

7. Zusammenfassung

8. Literaturverzeichnis

9. Anhang

Zusammenfassung:

Eine ausgeprägte Müdigkeit und Erschöpfung (auch Fatigue genannt) zählt zu den häufigsten Beschwerden von Krebspatienten während und nach der Behandlung und hat eine deutliche Senkung der Lebensqualität zur Folge. Verschiedene Studien in der letzten Zeit zeigten positive und mehrdimensionale Wirkungen von sportlicher Aktivität auf tumorbedingte Fatigue und weitere Lebensqualitätparameter. Im Rahmen einer prospektiv randomisierten Interventionsstudie wurde von Juni 2005 bis Mai 2006 an der Sonnenberg-Klinik in Bad Sooden-Allendorf ein speziell entwickeltes Sport- und Übungsprogramm für Brustkrebspatientinnen mit Fatigue auf seine Effektivität hinsichtlich einer Verbesserung der tumorbedingten Fatigue bzw. der allgemeinen Lebensqualität untersucht. Das Programm beinhaltet Elemente des Muskelkrafttrainings sowie eine detaillierte Anleitung zum aeroben Ausdauertraining. Bei den 63 Probanden handelte es sich um Frauen, die aufgrund einer Brustkrebserkrankung eine stationäre Rehabilitation in Anspruch nahmen und die zusätzlich unter einer außerordentlichen Müdigkeit, einer Fatigue litten. Die 63 Patientinnen mit Brustkrebs und Fatigue wurden gebeten, 4 verschiedene Fragebögen zu 3 Zeitpunkten zu beantworten: t_1 = Beginn der stationären Rehabilitation, t_2 = Ende der stationären Rehabilitation, t_3 = 3 Monate nach t_2 . Im Rahmen der Eingangsdiagnostik, wurde mit Hilfe eines Fatigue-LASA ein Screening zur Ausprägung der Müdigkeit und Erschöpfung durchgeführt. Patientinnen mit einem Score von mindestens 4 wurde die Teilnahme an der Studie angeboten. Mit Hilfe eines Randomisierungsverfahrens wurden die Teilnehmerinnen eingeteilt in eine Kontrollgruppe ($n = 31$), die das Übungsprogramm nicht trainiert und in eine Interventionsgruppe ($n = 32$), die angehalten wurde, dreimal pro Woche die Kraft- und Dehnungsübungen zu trainieren und zweimal pro Woche das Ausdauertraining durchzuführen. Um die Effektivität hinsichtlich einer Verbesserung der Lebensqualität bzw. Verringerung der Fatigue, Angst und Depression zu überprüfen, wurden folgende Messinstrumente eingesetzt: Das „Functional Assessment of Chronic Illness Therapy

(FACIT) Measurement System“ fragt durch das Grundmodul FACIT-G die Lebensqualität direkt ab. Durch entsprechende krankheitsspezifische Zusatzmodule ergänzt, lässt sich mit dem FACIT außerdem eine Aussage zum aktuellen Grad der Fatigue machen. Das „Multidimensional Fatigue Inventory“ (MFI) dient ausschließlich der Messung von Fatigue. Die „Hospital Anxiety and Depression Scale“ (HADS) stellt durch Aufzeigen der Angst und Depression indirekt die Lebensqualität dar. Zu den Zeitpunkten t_1 und t_2 erfolgte zusätzlich eine leistungsdiagnostische Untersuchung im Ausdauer- und Kraftbereich. Zur Prüfung von Kraftveränderungen wurde ein semi-objektives und apparatives Messverfahren zur Messung der isometrischen Maximalkraft der Armbeuger und der Beinstrecker verwendet. Die individuelle Ausdauerleistungsfähigkeit wurde mit dem Harvard-Step-Test anhand der Belastungs- und Erholungsfrequenz abgeschätzt. Das Screeningverfahren zeigte eine starke Verbreitung von Fatigue bei Brustkrebspatientinnen (79%). Die sportliche Aktivität war vor und während der Therapie sowie während der stationären Rehabilitation zwischen Kontroll- und Trainingsgruppe vergleichbar. Nach der stationären Rehabilitation war die Trainingsgruppe aufgrund des Übungsprogramms sportlich deutlich aktiver als die Kontrollgruppe. Die Lebensqualität verbesserte sich in der Trainingsgruppe von t_1 nach t_3 signifikant, in der Kontrollgruppe war von t_1 nach t_3 kein signifikanter Zeiteffekt festzustellen (Ergebnisse FACIT-G). Genauso sank die Fatigue in der Trainingsgruppe von t_1 zu t_3 signifikant, in der Kontrollgruppe hingegen nicht (Ergebnisse FACIT-F). Die Ergebnisse des MFI und der HADS zeigten ähnliche Tendenzen. Die leistungsdiagnostischen Kraftmessungen zeigten nur einen schwachen Gruppeneffekt, allerdings einen deutlichen Zeiteffekt bei beiden Gruppen (Ergebnis Messung der isometrischen Maximalkraft). Insgesamt stellte sich das Programm als geeignet und gut durchführbar heraus und wurde von den Patientinnen gerne als Orientierungshilfe für die Zeit nach der stationären Rehabilitation genutzt.