

Gutes Ergebnis von Begleitprogramm zur Chemotherapie: Besserung von Fatigue und Fitness

Datum: 18.08.2022

Original Titel:

The Effects of Exercise on Patient-Reported Outcomes and Performance-Based Physical Function in Adults With Acute Leukemia Undergoing Induction Therapy: Exercise and Quality of Life in Acute Leukemia (EQUAL).

MedWiss - Fatigue ist ein besonders belastendes Symptom für Erwachsene mit akuter Leukämie. Ist Besserung von Fatigue mit einem Begleitprogramm zur Chemotherapie in der Klinik wirksam? Im hier untersuchten Programm waren die Teilnehmer motiviert und besserten Fitness und Fatigue-Symptome in klinisch relevantem Maß.

Fatigue ist ein besonders belastendes Symptom für Erwachsene mit akuter Leukämie. Die starke Erschöpfung tritt besonders auch während einer Chemotherapie auf. Häufig wird dadurch, neben vielen anderen Einschränkungen im Leben, auch die Fähigkeit, sich zu bewegen oder gar Sport zu treiben, stark eingeschränkt.

Fatigue bei Chemotherapie: Erschöpfende Behandlung schränkt Leben und Fitness stark ein

Forscher untersuchten nun, ob ein speziell darauf zugeschnittenes Sport- und Begleit-Programm über 4 Wochen der Fatigue bei Leukämie-Patienten begegnen kann. Dazu untersuchten sie auch Effekte des Programms auf die Denkleistung, Ängste, depressive Symptome und Schlafstörungen. Drittens ermittelten sie, ob das spezielle Programm zum Beibehalten der sportlichen Aktivität beitragen kann.

Hilft ein vielseitiges Sportprogramm?

17 Erwachsene im Alter von 28-69 Jahren nahmen an der Studie teil. Acht der Teilnehmer wurden der Sportgruppe, 9 der Kontrollgruppe zugeordnet. Das Behandlungsprogramm bestand aus vier Wochen (viermal wöchentlich und zweimal täglich) mit betreuten sportlichen Übungen. Sämtliche Teilnehmer waren neu mit akuter Leukämie diagnostiziert und wurden innerhalb von vier Tagen nach der Zulassung zur chemotherapeutischen Induktionsbehandlung in die Studie aufgenommen. Zu Beginn der Studie und zum Abschluss führten die Teilnehmer Patientenberichte zu Effekten der Behandlung auf die Fatigue, das Denken, Ängste, Depressionen, Schlafstörungen, die allgemeine geistige Gesundheit und die körperliche Gesundheit. Außerdem wurde zu beiden Zeitpunkten die Fitness mit verschiedenen Tests überprüft. Im *timed-up-and-go*-Test beispielsweise wird die Zeit gemessen, die ein Teilnehmer benötigt, um aus dem Sitzen aufzustehen und eine Strecke zu gehen.

Die Patientenbefragung ergab gelinderte Fatigue-Symptome in der Behandlungsgruppe - ausreichend deutlich, um auch klinisch von Bedeutung zu sein. Gleichzeitig verbesserte sich die Fitness der Teilnehmer: aus dem Sitzen konnten sie das Aufstehen und Losgehen um 1,73 Sekunden schneller leisten als zuvor. Die Kontrollgruppe hielt dagegen ihren anfänglichen Wert bei.

Problematisch schien dagegen ein anderes Ergebnis: die Denkleistung nahm bei beiden Gruppen während des Krankenhausaufenthalts ab. Die Patienten konnten mit dem Programm gut zur Teilnahme motiviert werden: immerhin 80 % der Menschen in der Sportgruppe nahmen im Schnitt an 6 Übungssitzungen pro Woche teil.

Gutes Ergebnis: Motivation und Besserung von Fatigue und Fitness nach vier Wochen

Die Untersuchung bietet damit einen Ausblick auf mögliche Begleitprogramme, die eine chemotherapeutische Behandlung in der Klinik weniger erschöpfend machen könnten. Die Teilnehmer waren motiviert dabei und konnten ihre Fitness und Fatigue-Symptome im 4-wöchigen Programm bessern. Programme dieser Art wären also eine wünschenswerte Verbesserung der klinischen Behandlung bei akuter Leukämie.

Referenzen:

Bryant AL, Deal AM, Battaglini CL, et al. The Effects of Exercise on Patient-Reported Outcomes and Performance-Based Physical Function in Adults With Acute Leukemia Undergoing Induction Therapy: Exercise and Quality of Life in Acute Leukemia (EQUAL). *Integr Cancer Ther.* 2018;17(2):263-270. doi:10.1177/1534735417699881