

Bewegungstherapie bei rheumatoider Arthritis: Bessere Beweglichkeit und Lebensqualität

Datum: 07.06.2021

Original Titel:

Does exercise therapy improve patient-reported outcomes in rheumatoid arthritis? A systematic review and meta-analysis for the update of the 2020 JCR guidelines for the management of rheumatoid arthritis

Kurz & fundiert

- Bewegungstherapie bei der rheumatoiden Arthritis
- Systematischer Review und Meta-Analyse
- 9 randomisiert kontrollierte Studien
- Analyse der Patienten-berichteten Ergebnisse
- Verbesserte Funktionalität, reduzierte Schmerzen, höhere Lebensqualität mit Bewegungstherapie

MedWiss - Der vorliegende systematische Review mit Meta-Analyse ermittelte den Einfluss von Sport- und Bewegungstherapie auf Patienten-berichtete Ergebnisse bei der rheumatoiden Arthritis. Aus insgesamt 9 randomisiert kontrollierten Studien zeigten sich signifikante Verbesserungen im Behinderungsgrad und in der Belastung durch Schmerz sowie eine höhere Lebensqualität infolge der Bewegungstherapie für Patienten mit rheumatoider Arthritis.

Die vorliegende Studie ermittelte den Einfluss von Sport- und Bewegungstherapie auf Patienten-berichtete Ergebnisse (*patient-reported outcomes*, PROs) bei der rheumatoiden Arthritis (RA). Die Analyse wurde als Teil der Aktualisierung der japanischen Richtlinien zum Krankheitsmanagement der RA durchgeführt.

Welche Rolle kann Bewegungstherapie bei der rheumatoiden Arthritis spielen?

Die Forscher durchsuchten die medizin-wissenschaftlichen Datenbanken *PubMed*, *Japana Centra Revuo Medicina Web* und der *Cochrane Library* nach Studien zwischen 2009 und 2018, in denen Patienten-Berichte zur Einschätzung von Bewegungstherapie und ihres Effekts auf die Krankheitsaktivität der rheumatoiden Arthritis genutzt wurden.

Systematischer Review und Meta-Analyse

Insgesamt konnten 662 Artikel identifiziert werden. Darunter waren 9 randomisiert kontrollierte Studien. Die Forscher führten Meta-Analysen über 6 randomisiert kontrollierte Studien zu systemischer Bewegungstherapie und über 3 randomisiert kontrollierte Studien zu Bewegungstherapie mit Fokus auf den oberen Gliedmaßen.

Die untersuchten Studien unterschieden sich in ihren Therapieansätzen, Patientengruppen und der Dauer der Behandlung. Signifikante Verbesserungen zeigten sich besonders im Behinderungsgrad und in der Belastung durch Schmerz:

- Behinderungsindex (*Health Assessment Questionnaire Disability Index*): Mittelwertdifferenz: -0,35; 95 % Konfidenzintervall (KI): -0,60 – -0,10
- Schmerz: standardisierte Mittelwertdifferenz: -2,04; 95 % KI: -3,77 – -0,32

Die Patienten berichteten auch eine höhere Lebensqualität (SF-36, Short Form Gesundheitsfragebogen zur gesundheitsbezogenen Lebensqualität) infolge der Bewegungstherapie.

Mit der Therapie der oberen Gliedmaße zeigten sich signifikante Verbesserungen der PROs in Bezug auf Beeinträchtigungen von Arm, Schulter und Händen (*Disabilities of the Arm, Shoulder, and Hand Questionnaire, Michigan Hand Outcome Questionnaire*).

Bewegungstherapie fördert Schmerzlinderung und Funktionalität

Bewegungstherapie bei rheumatoider Arthritis kann demnach Patienten unterstützen und führt zu Patienten-berichteten Verbesserungen in Schmerz, Funktionalität und Lebensqualität.

Referenzen:

Sobue, Yasumori, Toshihisa Kojima, Hiromu Ito, Keiichiro Nishida, Isao Matsushita, Yuko Kaneko, Mitsumasa Kishimoto, et al. "Does Exercise Therapy Improve Patient-Reported Outcomes in Rheumatoid Arthritis? A Systematic Review and Meta-Analysis for the Update of the 2020 JCR Guidelines for the Management of Rheumatoid Arthritis." *Modern Rheumatology*, February 22, 2021, 1-14. <https://doi.org/10.1080/14397595.2021.1886653>.