

## Kalenderwoche 40/2019 - Selbst aktiv werden

### **Selbst aktiv werden**

Patienten mit chronischen Erkrankungen fühlen sich oft hilflos und der Krankheit ausgeliefert. Es gibt jedoch auch Möglichkeiten, im Kampf gegen die Erkrankung selbst aktiv zu werden. Um solche Möglichkeiten bei COPD drehten sich die Studien dieser Woche. Die Wissenschaftler nahmen diesbezüglich die App Kaia COPD unter die Lupe und untersuchten, ob Schrittzähler die Betroffenen zu mehr Bewegung motivieren konnten.

Hier die Studien im Detail:

- [Reha per App - Pilotstudie findet erste Hinweise für Wirksamkeit](#)
- [Schrittzähler motivieren zu mehr Sport](#)