

Kognitive Verhaltenstherapie verbessert psychische Gesundheit und Lebensqualität bei Menschen mit entzündlichen Darmerkrankungen

Datum: 25.01.2024

Original Titel:

Effects of cognitive behavioral therapy on mental health and quality of life in inflammatory bowel disease patients: A meta-analysis of randomized controlled trials

Kurz & fundiert

- Chronisch-entzündliche Darmerkrankungen (CED) durch Psyche und Stress beeinflusst
- Kognitive Verhaltenstherapie bei CED?
- Metaanalyse über 9 randomisierte, kontrollierte Studien
- Untersuchung von Angststörungen, Depressionen und Lebensqualität
- Psychische Gesundheit und Lebensqualität signifikant verbessert

MedWiss – Aktuelle Studienergebnisse aus China konnten zeigen, dass eine kognitive Verhaltenstherapie Angstzustände und Depressionen bei entzündlichen Darmerkrankungen lindern kann. Auch die Lebensqualität der Betroffenen konnte durch die Therapie verbessert werden. Dies ist insbesondere im Hinblick darauf bedeutsam, dass psychische Erkrankungen und Stress den Krankheitsverlauf von entzündlichen Darmerkrankungen nachteilig beeinflussen können.

Menschen mit chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen (CED) leiden auch psychisch unter der Belastung durch die chronische Erkrankung. Die Psyche und Stress wiederum können verstärkend auf die CED-Problematik wirken. Könnte daher eine psychotherapeutische Behandlung bei CED sinnvoll eingreifen? Eine aktuelle Metaanalyse hat die Rolle der kognitiven Verhaltenstherapie zur Verbesserung der Lebensqualität (QoL) und der psychischen Gesundheit bei CED untersucht.

Psychische Belastung bei chronisch-entzündlicher Darmerkrankung: Kognitive Verhaltenstherapie sinnvoll?

Um geeignete randomisierte, kontrollierte Studien zu finden, wurden die Datenbanken PubMed, Web of Science, PsycINFO und Cochrane Library bis Oktober 2022 systematisch durchsucht. Für die Analyse wurden der CED-Fragebogen (IBDQ), die Hospital Anxiety and Depression Scale-Anxiety Scale (HADS-A) und die Hospital Anxiety and Depression Scale-Depression Scale (HADS-D) ausgewählt.

Metaanalyse über 9 randomisiert-kontrollierte Studien: Lebensqualität und psychische

Gesundheit

Es konnten 9 geeignete randomisiert-kontrollierte Studien in diese Analyse einbezogen werden. Eine kognitive Verhaltenstherapie erhöhte signifikant die Lebensqualität der CED-Patienten, erreichte eine signifikante Verringerung von Ängsten und zeigte ebenso einen signifikanten Effekt auf die Linderung depressiver Symptome.

- Lebensqualität: Erhöhung des IBDQ-Score
 - Mittelwertdifferenz, MD: 0,26; 95 % Konfidenzintervall, KI: 0,05 - 0,47; p = 0,02
- Ängste; Verringerung des HADS-A-Score
 - MD: -0,25; 95 % KI: -0,45 - -0,05; p = 0,01
- Depressionen: Verringerung des HADS-D-Score
 - MD: -0,17; 95 % KI: -0,31 - -0,02; p = 0,02

Das Ergebnis einer Subgruppenanalyse zur Langzeitwirksamkeit zeigte, dass auch eine langfristige kognitive Verhaltenstherapie (Dauer mindestens 12 Wochen) die IBDQ-Werte erhöhte (MD: 0,23; 95 % KI: 0,05 - 0,41; p = 0,01; $I^2 = 28\%$), also eine Steigerung der Lebensqualität der Patienten unterstützte.

Verbesserung von Lebensqualität und psychischer Gesundheit

Laut der Studienergebnisse kann demnach eine kognitive Verhaltenstherapie Ängste und depressive Symptome lindern und zur Verbesserung der Lebensqualität bei Menschen mit CED beitragen.

Referenzen:

Wang C, Sheng Y, Yu L, Tian F, Xue Y, Zhai Q. Effects of cognitive behavioral therapy on mental health and quality of life in inflammatory bowel disease patients: A meta-analysis of randomized controlled trials. Behav Brain Res. 2023 Oct 2;454:114653. doi: 10.1016/j.bbr.2023.114653. Epub 2023 Aug 30. PMID: 37657513.