

Leistungskraft bei Rheuma: Besser mit mehr Selbstwirksamkeit

Datum: 19.12.2022

Original Titel:

Exercise Self-Efficacy and patient global assessment were associated with 6-min walk test distance in persons with rheumatoid arthritis

Kurz & fundiert

- Rheumatoide Arthritis: Beweglichkeit oft zunehmend eingeschränkt
- Funktionelle Kapazität (6-Minuten-Gehtest): Fitness-Level und gesundheitliche Prognose
- BMI, Alter, selbsteingeschätzte Krankheitsschwere (PGA) und sportliche Selbstwirksamkeit
- Patienten-berichtete Maße (PGA, Selbstwirksamkeit) assoziiert mit funktioneller Kapazität
- Krankheitsspezifische Maße (Dauer, CRP-Level) weniger aussagekräftig
- Förderung sportlicher Selbstwirksamkeit wichtig bei RA

MedWiss - Mit funktioneller Kapazität wird die Leistungsfähigkeit oder funktionelle Einschränkung beschrieben, beispielsweise bei der rheumatoiden Arthritis (RA). Niedrige funktionelle Kapazität steht in Zusammenhang mit dem zukünftigen Verlust alltäglicher Funktion und mit kardiovaskulären Ereignissen. Patienten-berichtete Maße zur Krankheitsschwere (PGA) und sportlichen Selbstwirksamkeit waren in dieser Studie signifikant mit der funktionellen Kapazität bei RA assoziiert. Die Förderung der sportlichen Selbstwirksamkeit könnte somit die Gesundheit von RA-Patienten unterstützen.

Mit funktioneller Kapazität wird die Leistungsfähigkeit oder funktionelle Einschränkung beschrieben, beispielsweise bei der rheumatoiden Arthritis (RA). Niedrige funktionelle Kapazität steht in Zusammenhang mit dem zukünftigen Verlust alltäglicher Funktion und mit kardiovaskulären Ereignissen, zu denen beispielsweise Schlaganfälle oder Herzinfarkte gezählt werden. Die vorliegende Studie untersuchte den Zusammenhang zwischen Patienten-berichteten Ergebnissen (patient-reported outcome measures, PROM) und krankheitsspezifischen Maßen mit der funktionellen Kapazität.

Funktionelle Kapazität: Prognose für Leistung im Alltag und Herzgesundheit

RA-Patienten in ambulanter Behandlung an einer Rheuma-Klinik nahmen an der Studie teil. Zur Messung der funktionellen Kapazität wurde der 6-Minuten-Gehtest (6MWT) durchgeführt. Die im 6MWT zurückgelegte Distanz wurde in einer Analyse (Modell 1) mit den Faktoren Geschlecht, Alter und Körpergewicht (body mass index, BMI) verglichen. In Modell 2 wurden weitere Faktoren wie

Rauchen, einer Selbsteinschätzung der Krankheitsaktivität durch die Patienten (patient global assessment, PGA), sportlicher Selbstwirksamkeit, depressive Symptome (Hospital Anxiety and Depression Scale's Depression score, HADS-D) und wahrgenommener Stress. In einer dritten Analyse (Modell 3) wurden Rauchen, Erkrankungsdauer, derzeitiger Einsatz von Kortikosteroiden, Seropositivität, Entzündungswerte (Disease Activity Score 28-C-Reactive Protein, DAS28-CRP) und eventuelle Begleiterkrankungen berücksichtigt.

Die sportliche Selbstwirksamkeit ist eine PROM, bei der ermittelt wird, ob Patienten glauben, unter unterschiedlichsten Umständen sportlich aktiv zu sein. Beispielsweise können bestimmte Bewegungsarten bei einer Erkrankung nicht länger möglich sein, da z. B. die Knie schmerzen. In diesem Fall kann jedoch häufig Radfahren ohne Widerstand weiterhin durchgeführt werden oder man kann sich stärker auf Kraftübungen des Oberkörpers fokussieren.

Sportliche Selbstwirksamkeit: Sport geht auch unter widrigen Umständen

79 RA-Patienten im durchschnittlichen Alter von 65 Jahren (76 % Frauen) nahmen an der Studie teil. Die durchschnittliche (Median) im Test 6MWD zurückgelegte Distanz war 493 m. In Modell 1 waren BMI und Alter signifikant mit der Strecke im 6MWD assoziiert. Bei Berücksichtigung weiterer Faktoren (Modell 2) zeigten sich die selbst eingeschätzte Krankheitsschwere (PGA) und die Sport-Selbstwirksamkeit als signifikant mit dem 6MWD-Ergebnis assoziiert. Die RA-spezifischen Variablen, die in Modell 3 betrachtet wurden, waren hingegen nicht signifikant mit dem 6MWD-Ergebnis assoziiert.

Selbstwirksamkeit fördern zur Verbesserung von Gesundheit und Prognose

Die Patienten-berichteten Maße (PROM) PGA und Sport-Selbstwirksamkeit waren demnach signifikant mit der funktionellen Kapazität (Gehstrecke im 6MWT) bei Personen mit RA assoziiert. Krankheitsspezifische Maße wie Entzündungswerte oder Erkrankungsdauer spielten jedoch nach dieser Analyse keine wichtige Rolle bei der funktionellen Kapazität der RA-Patienten. Maßnahmen zur Unterstützung der sportlichen Selbstwirksamkeit von RA-Patienten könnten somit womöglich auch deren funktionelle Kapazität fördern.

Referenzen:

Houge IS, Hoff M, Halsan O, Videm V. Exercise Self-Efficacy and patient global assessment were associated with 6-min walk test distance in persons with rheumatoid arthritis. Clin Rheumatol. 2022 Dec;41(12):3687-3696. doi: 10.1007/s10067-022-06309-6. Epub 2022 Aug 5. PMID: 35930120; PMCID: PMC9361983.