

## Mehr Sport bei Rheuma: Reduzierte kardiorespiratorische Fitness erhöht Rheuma-Sterblichkeit

**Datum:** 05.11.2021

**Original Titel:**

Reduced cardiorespiratory fitness is a mediator of excess all-cause mortality in rheumatoid arthritis: the Trøndelag Health Study

**Kurz & fundiert**

- Die Gesamtmortalität wurde bei Patienten mit rheumatoider Arthritis (n = 348) und Kontrollen (n = 60 938) analysiert
- Die Sterberate war bei Patienten mit rheumatoider Arthritis (n = 127, 36,5 %) höher als bei den Kontrollprobanden (n = 12 942, 21,2 %)
- Die kardiorespiratorische Fitness war ein wichtiger Mediator für die erhöhte Gesamtmortalität bei Patienten mit rheumatoider Arthritis
- Regelmäßiger Sport zur Erhöhung der Fitness sollte demnach bei Rheuma einen wichtigen Teil der Therapie darstellen

**MedWiss - Reduzierte kardiorespiratorische Fitness erhöhte die Sterblichkeit bei Patienten mit rheumatoider Arthritis.**

---

Rheumatoide Arthritis (RA) ist eine häufige chronisch-rheumatische Erkrankung, die Gelenke, Sehnen, Schleimbeutel und innere Organe einschließlich des Herz-Kreislauf- und Atmungssystems betrifft. Die Prävalenz liegt weltweit bei circa 0,5 - 1 %. Patienten mit RA zeigen häufig ein ungünstiges kardiovaskuläres Risikoprofil. Das metabolische Syndrom tritt im Vergleich zur Allgemeinbevölkerung häufiger auf, zudem sind Betroffene häufiger Raucher als Kontrollgruppen. Es gibt starke Hinweise darauf, dass die kardiorespiratorische Fitness (CRF) die kardiovaskuläre Gesundheit beeinflusst. Die CRF wird als maximale Sauerstoffaufnahme (VO<sub>2</sub>max) einer Person gemessen. Körperliches Training, insbesondere bei hohen Intensitäten, führt zu einer Verbesserung der CRF.

**Zusammenhang zwischen kardiorespiratorischer Fitness und Gesamtmortalität**

Eine norwegisches Forschungsteam hat nun untersucht, ob ein Zusammenhang zwischen niedriger kardiorespiratorischer Fitness (CRF) und einer erhöhten Gesamtmortalität bei Personen mit rheumatoider Arthritis (RA) im Vergleich zur Allgemeinbevölkerung besteht. Die Gesamtmortalität wurde bei Patienten mit RA (n = 348) und Kontrollen (n = 60 938) analysiert, die an der zweiten (1995 - 1997) und dritten (2006 - 2008) Phase der bevölkerungsbasierten Längsschnittstudie Trøndelag in Norwegen teilnahmen. Weitere statistische Analysen wurden durchgeführt, um zu untersuchen, ob ein höheres relatives Mortalitätsrisiko bei RA durch eine niedrige geschätzte kardiorespiratorische Fitness (eCRF) vermittelt wird. Während des Nachbeobachtungszeitraumes

bis zum 31. Dezember 2018 (im Mittel 19,3 Jahre) war die Sterberate bei Patienten mit RA (n = 127, 36,5 %) höher als bei den Kontrollen (n = 12 942, 21,2 %) ( $p < 0,001$ ). Von den Kontrollen und Patienten mit RA hatten 51 % bzw. 26 % eCRF über dem Median für ihr Alter und Geschlecht ( $p < 0,001$ ). Die Patienten waren also seltener fitter als der Durchschnitt der Bevölkerung. Eine eCRF unterhalb des Medians für die Geschlechts- und Alterskategorie war mit einer erhöhten Sterblichkeit verbunden ( $p < 0,001$ ).

### **Kardiorespiratoische Fitness sollte durch körperliche Aktivität erhöht werden**

Eine niedrige eCRF war ein wichtiger Mediator für die erhöhte Gesamtmortalität bei Patienten mit rheumatoider Arthritis. Die Autoren raten deshalb zu körperlicher Aktivität, welche die CRF erhöht, zusammen mit einer optimierten Behandlung mit Antirheumatika.

#### **Referenzen:**

Liff, M. H., Hoff, M., Wisloff, U., & Videm, V. (2021). Reduced cardiorespiratory fitness is a mediator of excess all-cause mortality in rheumatoid arthritis: the Trøndelag Health Study. *RMD Open*, 7(1), e001545. <https://doi.org/10.1136/rmdopen-2020-001545>