

## Patienten mit COPD profitieren von kognitiver Verhaltenstherapie

**Datum:** 13.09.2021

**Original Titel:**

Effectiveness of cognitive behavioural therapy for chronic obstructive pulmonary disease patients: A systematic review and meta-analysis

**Kurz & fundiert**

- Wissenschaftler fassten die Ergebnisse mehrerer Studien zum Thema kognitive Verhaltenstherapie bei COPD zusammen
- Die kognitive Verhaltenstherapie wirkte sich positiv auf folgende Aspekte aus:
  - Ängste
  - Depressionen
  - Lebensqualität
  - Häufigkeit von Besuchen der Notaufnahme

**MedWiss - Eine kognitive Verhaltenstherapie könnte sich für COPD-Patienten auszahlen. Laut der vorliegenden Übersichtsarbeit konnte die kognitive Verhaltenstherapie unter anderem die Lebensqualität der Patienten verbessern.**

---

Die kognitive Verhaltenstherapie beruht auf der Annahme, dass unser Denken einen großen Einfluss auf unseren Körper und unsere Emotionen hat. Das Ziel der Therapie ist, falsche und belastende Denkweisen zu erkennen und zu verändern. Wissenschaftler aus China interessierten sich speziell für die Auswirkungen der kognitiven Verhaltenstherapie auf Patienten mit COPD. Sie interessierten sich diesbezüglich sowohl für die psychologischen als auch für die körperlichen Auswirkungen.

**Wissenschaftler fassten die Ergebnisse mehrerer Studien zusammen**

Die Wissenschaftler wollten sich eine Übersicht über die derzeitige Datenlage zu dieser Thematik verschaffen. Zu diesem Zweck durchsuchten sie systematisch verschiedene Datenbanken nach geeigneten Studien. Sie fanden insgesamt 16 randomisierte, kontrollierte Studien, die ihre Kriterien erfüllten. Die Studien beinhalteten Daten von insgesamt 1974 COPD-Patienten.

**Die kognitive Verhaltenstherapie wirkte sich in vielerlei Hinsicht positiv auf COPD-Patienten aus**

Die zusammenfassende Analyse zeigte, dass sich Ängste, Depressionen und die Lebensqualität bei Patienten mit kognitiver Verhaltenstherapie signifikant verbesserten. Außerdem mussten Patienten

mit kognitiver Verhaltenstherapie durchschnittlich seltener in die Notaufnahme. Bezüglich der Fatigue, der Schlafqualität, der körperlichen Leistungsfähigkeit und der Selbstwirksamkeit konnten hingegen keine statistisch signifikanten Unterschiede beobachtet werden.

Die kognitive Verhaltenstherapie stellte somit eine sinnvolle ergänzende Maßnahme bei COPD dar. Durch sie verbesserten sich Ängste, Depressionen und die Lebensqualität der Patienten. Außerdem waren mit der kognitiven Verhaltenstherapie seltener Besuche der Notaufnahme nötig.

**Referenzen:**

Ma RC, Yin YY, Wang YQ, Liu X, Xie J. Effectiveness of cognitive behavioural therapy for chronic obstructive pulmonary disease patients: A systematic review and meta-analysis. *Complement Ther Clin Pract.* 2019 Nov 13;38:101071. doi: 10.1016/j.ctcp.2019.101071. [Epub ahead of print]