Referat

Obstruktive Schlafapnoe: CPAP-Therapie wirkt sich auf das Körpergewicht aus

Einleitung Bei obstruktiver Schlafapnoe (OSA) werden häufig Geräte zur kontinuierlichen Überdruckbeatmung (CPAP) eingesetzt, um Atemstillstände zu vermeiden. Übergewicht gilt als einer der wichtigsten Risikofaktoren für die Erkrankung. Eine CPAP-Therapie kann allerdings selbst eine Gewichtszunahme zur Folge haben, wie eine Metaanalyse nun ergab.

Methoden Die Metaanalyse umfasste 3181 Patienten mit OSA aus 25 randomisierten Studien (83,9 % Männer, mittleres Alter 52,5 Jahre). Die Patienten waren nahezu alle übergewichtig oder adipös und erhielten über mindestens 4 Wochen eine CPAP-Therapie. In einer Regressionsanalyse wurde der Einfluss verschiedener Faktoren auf den Body Mass Index (BMI) und Körpergewichtsänderung nach der CPAP-Behandlung ermittelt, z. B.

- Alter und Geschlecht,
- Ausgangsgewicht und -BMI,
- Schwere der OSA,
- CPAP-Adhärenz,
- Durchführung einer Schein-CPAP,
- Dauer, Design und Herkunft der Studie,
- Beratung zu Ernährung oder körperlicher Aktivität.

Ergebnisse Die CPAP-Therapie war mit einem deutlichen Anstieg von BMI und Körpergewicht assoziiert:

- BMI: Hedges' g = 0,14, 95 %-Konfidenzintervall 0,07–0,21, I^2=16,2 %
- Körpergewicht: Hedges' g = 0,17 [0,10–0,24], I^2=0 %).

Das Bias-Risiko war gering. In der Regressionsanalyse wirkte sich keiner der untersuchten Faktoren auf die Gewichtszunahme aus. Das Ausgangsgewicht war jedoch ein Prädiktor für den Anstieg des BMI (p = 0,040).

Schlussfolgerung Der Studie zufolge kann eine CPAP-Therapie mit einem statistisch signifikanten Anstieg von BMI und Körpergewicht einhergehen. Die Autoren empfehlen zusätzliche Therapien zur Gewichtsreduktion für übergewichtige oder adipöse Patienten, die mit CPAP behandelt werden.

Vanessa Keinert, Neckargemünd / Genf

Drager LF, Brunoni AR, Jenner R et al. Effects of CPAP on body weight in patients with obstructive sleep apnoea: a meta-analysis of randomised trials. Thorax 2015; 70: 258–264

Kommentar aus der Praxis

Prof. Dr. U. Köhler

In ihrer Metaanalyse kommen die Autoren zu dem Ergebnis, dass die CPAP-Therapie bei Patienten mit OSA keineswegs zu einer Abnahme, sondern eher zu einer Zunahme des Körpergewichts und des BMI führt. Der Median der Studiendauer betrug 3 Monate (Bandbreite 1–48). Die Ergebnisse einiger nicht randomisierter Studien hatten zuvor den Verdacht nahegelegt, dass es unter CPAP-Therapie zu einer Gewichtsreduktion kommt.

Es ist bekannt, dass die meisten Patienten mit einer OSA übergewichtig sind und weitere kardiovaskuläre Risikofaktoren im Sinne eines metabolischen Syndroms aufweisen. Gleichzeitig ist evident, dass vor allem adipöse OSA-Patienten unter einer deutlich vermehrten Tagesschläfrigkeit sowie einer Beeinträchtigung der psychophysischen Leistungsfähigkeit leiden. Mithilfe der nichtinvasiven Beatmungstherapie, bislang der therapeutische Goldstandard, kann die OSA erfolgreich behandelt und die Tagesschläfrigkeit reduziert bzw. eliminiert werden.

Die Vermutung, dass Patienten mit Adipositas und OSA unter CPAP-Therapie Gewicht verlieren, liegt vom Verständnis her durchaus nahe. Es wäre anzunehmen, dass die verbesserte Tagesbefindlichkeit zu vermehrter körperlicher Aktivität, einem gesteigertem Energieumsatz und damit auch zu einer Gewichtsreduktion führt. Die in der Studie vorgestellten Daten widerlegen diese Hypothese nicht. Vielmehr ist davon auszugehen, dass eine Verbesserung der Tagesbefindlichkeit nicht zwangsläufig auch zu einer gesteigerten körperlichen Aktivität führt.

Als Konsequenz aus den vorgelegten Studiendaten bleibt festzuhalten, dass nicht die Therapie mit CPAP per se zu einer Gewichtsabnahme führt. Nur die Kombination aus effizienter nichtinvasiver Beatmung, gesteigerter Alltagsaktivität, körperlicher Bewegung sowie der Bereitschaft zur adäquaten energiereduzierten Ernährung kann das Körpergewicht reduzieren.

Prof. Dr. Ulrich Köhler
Leiter des Schlafmedizinischen Zentrums
Universitätsklinikum Marburg

Dieses Dokument wurde zum persönlichen Gebrauch heruntergeladen. Vervielfältigung nur mit Zustimmung des Verlages.