Journal Club

S. Peters[1]

➤ Die Effekte von Tai Chi bei Krebserkrankungen, Arthrose, Herzinsuffizienz und chronisch-obstruktiver Lungenerkrankung

Originalpublikation

Chen YW, Hunt MA, Campbell KL, Peill K, Reid WD: The effect of Tai Chi on four chronic conditions – cancer, osteoarthritis, heart failure and chronic obstructive pulmonary disease: a systematic review and meta-analyses. British Journal of Sports Medicine. 2016; 050 (7), 397–407
Zusammenfassung übersetzt aus dem Englischen von S. Peters

Hintergrund

Viele Personen mittleren Alters und ältere Menschen haben mehr als eine chronische Erkrankung. Deshalb ist es wichtig, die Effektivität von Interventionen über mehrere Komorbiditäten hinweg zusammenzufassen. Das Ziel dieses systematischen Reviews war eine Zusammenfassung der aktuellen Evidenz bezüglich der Effektivität von Tai Chi bei Personen mit vier häufigen chronischen Erkrankungen: Krebserkrankungen, Arthrose, Herzinsuffizienz und chronisch-obstruktive Lungenerkrankung (COPD).

[1] Abteilung für Medizinische Psychologie, Medizinische Soziologie und Rehabilitationswissenschaften, Universität Würzburg

Methodik

Vier Datenbanken (MEDLINE, EMBASE, CINAHL und SPORTDiscus) wurden nach Originalarbeiten durchsucht. Zwei Reviewer screenten unabhängig voneinander die Titel und Abstracts. Sie prüften dann die Volltexte und führten ein Qualitätsassessment und die finale Abstraktion der Daten durch. 33 Studien erfüllten die Einschlusskriterien. Metaanalysen wurden durchgeführt bezüglich krankheitsspezifischer Symptome, physiologischer Outcomes und physischer Leistungsfähigkeit bei jeder chronischen Erkrankung. Subgruppenanalysen bzgl. krankheitsspezifischer Symptome wurden durchgeführt, indem Studien in Untergruppen auf Basis der Art der Vergleichsgruppen eingeteilt wurden.

Ergebnisse

Die Metaanalysen zeigten, dass Tai Chi Outcomes der physischen Leistungsfähigkeit verbesserte oder tendenziell verbesserte, u.a. den 6-Minuten-Gehtest (6MWD) und die Stärke der Kniestrecker. Diese Ergebnisse zeigten sich bei den meisten bzw. bei allen vier chronischen Erkrankungen. Tai Chi verbesserte auch die krankheitsspezifischen Symptome Schmerz und Steifigkeit bei Arthrose.

Schlussfolgerungen

Die Ergebnisse zeigten einen positiven Effekt oder eine Tendenz dahingehend, dass Tai Chi die körperliche Leistungsfähigkeit verbessert. Sie zeigten außerdem, dass diese Art körperlichen Trainings von Personen mit verschiedenen chronischen Erkrankungen durchgeführt werden konnte, darunter COPD, Herzinsuffizienz und Arthrose.

Online zu finden unter
http://dx.doi.org/
10-1055/s-0042-122359

Korrespondenzadresse
Stefan Peters
Abteilung für Medizinische Psychologie, Medizinische Soziologie und Rehabilitationswissenschaften
Universität Würzburg
Klinikstraße 3
97070 Würzburg
Tel. 0931-3186400
E-Mail: stefan.peters@uni-wuerzburg.de

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