

Körperliche Aktivität und Belastbarkeit bei Post-COVID-Patient*innen

Katrin Müller¹, Katharina Zwingmann¹, Felix Riehl¹, Ivo Berger², Alois Wastlhuber², Franziska Kolb², Michael Stegbauer², Torsten Schlesinger¹

¹TU Chemnitz, ²BG Klinik Bad Reichenhall

Schlüsselwörter: COVID-19, Rehabilitation, Aktivitätsverhalten

Einleitung

COVID-19-Patient*innen mit einem niedrigen körperlichen Aktivitätsniveau zeigen während der Akutphase der Infektionserkrankung ein höheres Hospitalisierungs- und Mortalitätsrisiko (Sallis et al., 2021). Zum Ausmaß der körperlichen Aktivität (PA) im Zusammenhang mit dem Auftreten von Post-COVID ist die Studienlage allerdings noch defizitär. Die vorliegende Studie verfolgt u.a. das Ziel, PA und körperliche Belastbarkeit bei Patient*innen mit Post-COVID im Kontext der stationären Post-COVID-Rehabilitation (PCR) zu erfassen.

Das Projekt wird durch die Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung e.V. (DGUV) finanziert (Projekt Nr. FF-FB 326).

Methode

In der Kohortenstudie mit 4 Messzeitpunkten wurden von zunächst 55 Patient*innen (Alter: M=49,7 Jahre, SD=10,6 Jahre; ♀: n=44) mit COVID-19 als Berufskrankheit oder Arbeitsunfall (Erstinfektion vor M=360,1 Tagen) zu Beginn (T1) und zum Ende (T2) einer mindestens dreiwöchigen multimodalen PCR inkl. Bewegungstherapie in der BG Klinik für Berufskrankheiten in Bad Reichenhall Daten erhoben. PA (MVPA, Steps/day) wurde mittels ActiGraph GT9x Link (Tragedauer: mind. 4 Tage) und die körperliche Belastbarkeit mittels 6-Minuten-Gehtest (6MGT) und 1-Minute-Sit-to-Stand-Test (1STST) bestimmt (Müller et al., 2022).

Ergebnisse

Zu T1 bewegen sich die Patient*innen im Mittel täglich 34,1 Minuten (SD=17,7) in MVPA und erreichen 6.307,9 Steps/day (SD=2.230,1). Beide Werte unterschieden sich nicht geschlechtsabhängig. Zu T2 zeigen sich keine signifikanten Veränderungen in MVPA (T2: M=35,0 Min, SD=16,4 Min, T=-0,21, p>0,05) und Steps/day (T2: M=5.964,8, SD=2.260,9, T=1,35, p>0,05). Der 6MGT (T1: M=495,1 m, SD=97,7 m; T2: M=579,9 m, SD=86,3 m; T=-9,66, p<0,001, d=-1,33) sowie 1STST (T1: M=20,6, SD=6,3; T2: M=23,1, SD=7,4m; T=-2,94, p<0,01, d=-0,41) verändert sich signifikant im Sinne einer Verbesserung.

Diskussion

Da sich das körperliche Aktivitätsausmaß im Anschluss der PCR kaum verändert, sollten zukünftig Strategien zur Aufrechterhaltung von PA im Alltag konsequenter integriert werden, um die positiven Veränderungen im 6MGT und 1STST nachhaltig aufrechtzuerhalten.

Literatur

- Müller, K., Zwingmann, K., Auerswald, T., Berger, I., Thomas, A., ... Stegbauer, M. (2022). Rehabilitation and return-to-work of patients acquiring COVID-19 in the workplace: A study protocol for an observational cohort study, *Frontiers in rehabilitation science*, <https://doi.org/10.3389/freesc.2021.754468>
- Sallis, R., Young, D. R., Tartof, S. Y., Sallis, J. F., Sall, J., Li, Q., ... & Cohen, D. A. (2021). Physical inactivity is associated with a higher risk for severe COVID-19 outcomes: a study in 48 440 adult patients. *British journal of sports medicine*, 55(19), 1099-1105. <http://dx.doi.org/10.1136/bjsports-2021-104080>