

# **Machbarkeit einer 12-wöchigen internetbasierten Reha-Nachsorge für Personen mit COPD mit dem Fokus Bewegungsförderung – ein Studienprotokoll**

Verena Hartung<sup>1</sup>, Matthias Limbach<sup>2</sup>, Veronika Huber<sup>2</sup>, Konrad Schultz<sup>2</sup>, Alexander Tallner<sup>1</sup> & Klaus Pfeifer<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg, <sup>2</sup>Klinik Bad Reichenhall der deutschen Rentenversicherung Bayern Süd

Schlüsselwörter: Tele-Reha-Nachsorge, pneumologische Rehabilitation, eHealth

## **Einleitung**

Für Personen mit chronisch obstruktiver Lungenerkrankung (COPD) sind mannigfaltige positive Effekte einer pneumologischer Rehabilitation (PR) gut belegt, wobei eine nachhaltige Steigerung der körperlichen Aktivität im nachfolgenden Alltag jedoch oft nicht gelingt. Nachsorgeprogramme für Personen mit COPD (PmCOPD) sollen die körperliche Aktivität im Alltag fördern und somit zur langfristigen Sicherung der Rehabilitationseffekte beitragen. Solche Programme werden bislang jedoch nicht flächendeckend angeboten. Internetgestützte Nachsorgeangebote könnten diese Lücke schließen.

## **Methode**

Im Rahmen eines Zwei-Gruppen Prä-Post-Designs erhalten N = 48 PmCOPD eine PR mit anschließender 12-wöchiger internetbasierter Nachsorge. Die Nachsorge besteht aus drei Hauptkomponenten: 1) individuelle Trainingspläne für Kräftigungs- und Ausdauertraining, 2) motivational-volitionale Förderung körperlicher Aktivität und Aktivitätsmonitoring, 3) Edukation. Die teilnehmenden PmCOPD werden vom therapeutischen Personal der Rehaklinik über eine Smartphone-App sowie telefonisch kontinuierlich individuell betreut. Eine Gruppe erhält während der 3-wöchigen PR ausschließlich die Standardrehabilitation, die andere Gruppe erhält zu Beginn der PR eine Einführung in die technischen Komponenten der Nachsorgemaßnahme – eine speziell konzipierte Smartphone-App und Fitnesstracker. Ziel der Studie ist es, die Akzeptanz gegenüber der Nachsorgemaßnahme zu bestimmen und erste Erkenntnisse über deren Effektivität zu sammeln. Primäre Endpunkte sind die Akzeptanz gegenüber der Intervention seitens der PmCOPD sowie des therapeutischen Personals, die Compliance der teilnehmenden PmCOPD, Rekrutierungsparameter sowie der Prozentsatz der eingeschlossenen Patienten, die das letzte Assessment abschließen. Sekundäre Endpunkte sind die Veränderung von bewegungsbezogener Gesundheitskompetenz, körperlicher Aktivität, Lebensqualität und Leitsymptomen der COPD während der PR und der Nachsorgemaßnahme. Gruppenunterschiede sollen explorativ untersucht werden. Die Akzeptanz wird mit semistrukturierten Interviews nach der Nachsorge, die sekundären Endpunkte per Fragebogen vor der PR, am Ende der PR sowie nach der Nachsorge erhoben.

## **Diskussion**

Die Ergebnisse der Studie sollen die Machbarkeit einer Smartphone-basierten Reha-Nachsorgemaßnahme bei PmCOPD untersuchen sowie den Ausgangspunkt für eine gezielte Weiterentwicklung darstellen. Darüber hinaus können die Studienergebnisse zur Stichprobenkalkulation in einer nachfolgenden Wirksamkeitsstudie genutzt werden.