

Biopsychosoziale Zusammenhänge zwischen Sport und atopischer Dermatitis

Abstract

Hintergrund und Zielstellung

Die atopische Dermatitis (AD) stellt eine der häufigsten chronisch entzündlichen Hauterkrankungen weltweit dar. Die Krankheit geht nicht nur mit physischen, sondern auch psychischen und sozialen Beschwerden einher und wirkt sich auf die gesamte Lebenswelt der Betroffenen aus. Regelmäßiges körperliches Training hat sich bei zahlreichen chronischen und chronisch entzündlichen Erkrankungen als effektive Maßnahme zur Verbesserung der Symptomatik und Lebensqualität erwiesen. Dies führt zu der Annahme, dass Personen mit AD ebenfalls von Sport profitieren. Allerdings sind auch krankheitsbedingte Barrieren im Hinblick auf die Sportteilnahme zu beachten. Das Ziel dieser Arbeit bestand darin, die aktuelle Evidenzlage zu den biopsychosozialen Zusammenhängen zwischen Sport und AD systematisch zusammenzufassen.

Methodik

Am 14. April 2021 wurde eine systematische Literaturrecherche gemäß der PRISMA Leitlinien auf den Datenbanken SCOPUS, PubMed, Web of Science, PsycArticles, Cochrane Library, SPORTDiscus und SpoLIT durchgeführt. Studien, die den Zusammenhang zwischen Sport und AD nicht empirisch untersuchten, Interventionsstudien ohne Kontrollgruppe und Tierstudien wurden ausgeschlossen.

Ergebnisse

Zwölf Beobachtungs- und zwei Interventionsstudien mit insgesamt 333.280 Untersuchungspersonen wurden in die systematische Übersicht aufgenommen. Alle Studien erfüllten mindestens 5 von 7 Qualitätskriterien des Mixed Methods Appraisal Tools (MMAT). Aus den Untersuchungen resultierten positive, negative bzw. keine Zusammenhänge zwischen dem Vorliegen der AD und der Sporthäufigkeit bzw. -teilnahme. In einzelnen Studien zeigten sich Hinweise auf eine geringere Sportpartizipation bei zusätzlichen Beschwerden wie schweißbedingtem Juckreiz oder Schlafstörungen. Bezüglich der akuten Auswirkungen von Sport wurden eher negative Effekte wie Hautreizungen, Juckreiz oder Exazerbation der Ekzeme dokumentiert, während mehrwöchiges körperliches Training positive Auswirkungen auf das Hautbild sowie weitere biopsychosoziale Faktoren zu haben scheint.

Diskussion und Ausblick

Aufgrund der inkonsistenten Studienlage und limitierten Evidenz lassen sich bisher keine eindeutigen Schlussfolgerungen zum Zusammenhang zwischen Sport und AD treffen. Insbesondere die spezifischen biopsychosozialen Faktoren in Relation zu Sport und AD sowie die Effekte von Sportinterventionen wurden bisher lediglich vereinzelt untersucht. Die genannten Forschungslücken gilt es durch weitere empirische Studien zu füllen, um zukünftig fundierte Empfehlungen zur Ausübung von Sportaktivitäten bei AD formulieren zu können.