

Studien von Yogatherapie bei chronischer Bronchitis

Effects of yoga training in patients with chronic obstructive pulmonary disease: a systematic review and meta-analysis. Liu XC, Pan L, Hu Q, Dang WP, Yan JH, Dang L.

Ein systematischer Überblick von allen Studien zu Yoga bei COPD wurde gemacht. Dabei fanden sich fünf kontrollierte und randomisierte Studien mit 233 Patienten, die den Eingangskriterien mit den passenden Angaben über Erkrankung und Verlauf entsprachen. Yoga-Übungen verbesserten signifikant FEV1 (forciertes Atemvolumen in einer Sekunde, $P=0.04$), den vorhergesehenen FEV1 % ($P<0.00001$), und die Distanz, die in 6 Minuten Gehen erreicht werden konnte ($P=0.001$). Aber die Yogaübungen zeigten keine signifikanten Wirkungen auf den Sauerstoffpartialdruck im Blut ($P=0.31$) und die Kohlenstoffdioxidkonzentration ($P=0.25$). Es wird resümiert, dass Yoga eine positive Wirkung auf die Lungenfunktion hat und als zusätzliches Verfahren in der Rehabilitation von Lungenerkrankungen genutzt werden sollte.