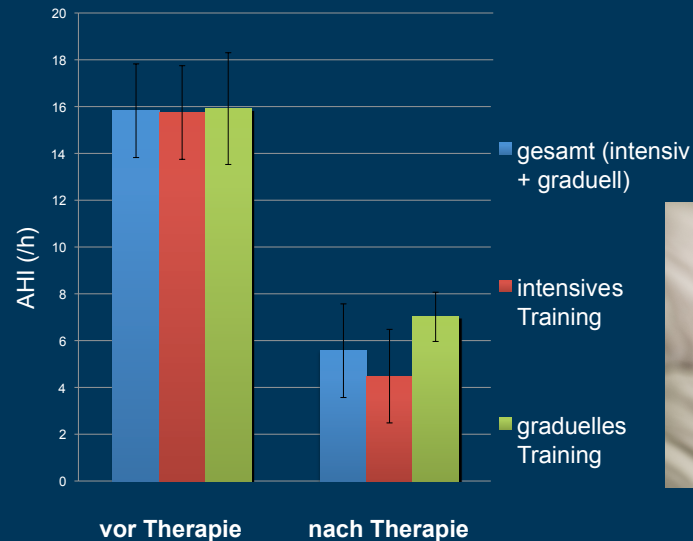


# Vergleich zweier Trainingsmodi in der Therapie des POSA

Y. Matsuba, B. Hofauer, U. Straßen, C. Heiser



## Einleitung

Der Schlafpositionstrainer zeigte bereits in früher durchgeführten klinischen Studien gute Langzeitergebnisse in der Therapie des positionsabhängigen OSA (1). In dieser Studie wurde untersucht, ob die Trainingsintensität Einfluss auf das Ergebnis hat. Es wurden zwei verschiedene Trainingsmodi miteinander verglichen, mit dem Ziel eines besseren Tragecomforts und einer guten Langzeit-Compliance.

## Material und Methoden

In einer doppel verblindeten Studie wurden die Patienten (n=40) vier Wochen mit dem NightBalance Sleep Position Trainer (SPT) Gerät versorgt. Hierbei wurde ein langsames, graduelles Trainingsprogramm (Start der nächtlichen Vibrationen nach zwei Tagen Eingewöhnung, danach Intensivierung der Therapie innerhalb der nächsten neun Tage) mit einem schnellen, intensiven Training (keine Eingewöhnung, sofortige Vibration als Antwort auf Rückenlageposition) verglichen.

## Ergebnisse

Nach 4 Wochen Positionstraining

Intensives Training n= 16	vorher	nachher	Signifikanz
AHI gesamt	15,7 ± 6,1	4,9 ± 3,3	P ≤ 0,001
AHI RL	29,2 ± 14,1	12,4 ± 14,4	P ≤ 0,001
% in RL	44,4 ± 19,8	14,9 ± 20,2	P ≤ 0,001
O2- Sättigung	75,2 ± 10,2	70,1 ± 14,0	P = 0,283
ESS	7,1 ± 3,9	4,7 ± 3,6	P ≤ 0,002

Graduelles Training n= 15	vorher	nachher	Signifikanz
AHI gesamt	18,3 ± 10,6	7,5 ± 7,7	P = 0,001
AHI RL	27,4 ± 12,7	11,9 ± 17,9	P = 0,007
% in RL	53,7 ± 14,9	28,0 ± 23,9	P = 0,001
O2- Sättigung	76,1 ± 14,7	73,9 ± 10,2	P = 0,654
ESS	6,9 ± 5,1	4,7 ± 5,0	P ≤ 0,001

## Schlussfolgerung

Sowohl das graduelle als auch das intensive Trainingsprogramm zeigten eine signifikante Reduktion des gesamten AHI, AHI in RL, % in RL und des ESS. Es gab keinen signifikanten Unterschied zwischen den beiden Trainingsmodi und in der Reduktion der O2 Reduktion beider Gruppen.

Das intensive Training zeigte eine effizientere Reduktion des AHI (total, RL, %), welcher jedoch statistisch gegenüber dem graduellen Training nicht signifikant war. Der SPT stellt in der Therapie des POSA eine elegante und sinnvolle Alternative zur CPAP- Therapie dar.