

您的位置：首页 » 新闻中心

我校呼研院研究团队发现太极拳可作为传统肺康复锻炼的替代方法

发布日期：2018-04-12 1017次浏览

【字体：大 中 小】

慢性阻塞性肺疾病（COPD）患者除了长期出现咳嗽、咳痰、呼吸困难等症状外，长期活动受限可导致COPD患者生活质量下降。目前针对COPD的经典治疗方法包括药物治疗和肺康复锻炼。但是，传统的肺康复锻炼需要配备专业的康复教练与器械，这不仅增加了个人和社会资源负担，还不利于其在交通落后的基层地区开展。

ARTICLE IN PRESS

[Original Research]



Tai Chi and Pulmonary Rehabilitation Compared for Treatment-Naive Patients With COPD A Randomized Controlled Trial

Michael I. Polkey, PhD; Zhi-Hui Qiu, MSc; Lian Zhou, MD; Meng-Duo Zhu, MD; Ying-Xin Wu, MSc; Yong-Yi Chen, MD; Sheng-Peng Ye, MD; Yu-Shan He, MD; Mei Jiang, PhD; Bai-Ting He, MD; Bhavin Mehta, MSc; Nan-Shan Zhong, MD; and Yuan-Ming Luo, PhD



如何促进肺康复锻炼的普及，提高患者肺康复锻炼的依从性，一直是国内外呼吸科医务工作者关注的问题。近日，一项广州呼吸健康研究院的最新研究成果在CHEST杂志发表：太极拳这一柔缓的、循序渐进的运动方式可作为一种成本更低、更易实行的康复锻炼形式，在改善COPD患者功能状态方面的效果与传统肺康复锻炼相当。

这项研究纳入120名未使用过支气管舒张剂的中国农村COPD患者，在给予所有患者茚达特罗治疗后将他们随机分成两组，分别接受传统肺康复锻炼和太极拳锻炼。该项目的主要负责人、呼吸疾病国家重点实验室罗远明教授称，研究结果显示在正式康复锻炼结束时，两组患者的圣乔治呼吸问卷评分改善程度相近，而在康复锻炼结束后第3个月，生活质量量表、六分钟步行距离、呼吸困难量表、股四头肌肌力在太极组中的改善较肺康复组则更为显著，可以认为太极拳是传统肺康复锻炼合适的替代方法，甚至可能获得更好的远期收益。

对于COPD患者，肺康复锻炼可显著减轻呼吸系统症状及改善生活质量，然而，以支气管舒张剂为首的药物在COPD的治疗中不可或缺，需要长期用药，已经给有患者和社会带来沉重的经济负担，因此如何降低肺康复锻炼的成本是需要进一步考虑的问题。论文第一作者、英国帝国理工学院Michael I Polkey教授认为，太极拳这一锻炼形式与传统肺康复锻炼的效果相当而成本更低，且这一锻炼形式患者在家中同样可以进行，若能将其作为新的肺康复锻炼形式推广开来，将使更多COPD患者获益。在没有条件进行传统肺康复锻炼时，建议肺康复医师将太极拳作为替代治疗的选择。

（呼吸健康研究院）

关闭窗口

版权所有 广州医科大学