



# Effekt af kredsløbstræning hos hjertetransplanterede på arbejdskapacitet og endothelfunktion samt kvantitative mål for depression og angst

Protokol af

Stefan Bisgaard Christensen, Sygeplejerske B.A, Stud.cand.scient.san  
Christian Have Dall, Idrætsfysioterapeut B.A, Stud.cand.scient.san  
Thomas Hermann, 1. Reservelæge, Phd.  
Eva Prescott, Overlæge, dr.med  
Finn Gustafsson, Afdelingslæge, Phd.

Resumé for lægmand:

Det har i mange år været standard behandling til egnede patienter med svært hjertesvigt at tilbyde hjertetransplantation. Forskningen har vist at hjertetransplanterede pga. selve transplantationen og den efterfølgende livslange medicinering kan opnå en lavere fysisk kapacitet og ad åre får et lavere funktions niveau. Træningsstudier på hjertetransplanterede har indtil nu vist bedring på bl.a. kondition og hvilepuls. Forskningen har vist at hjertetransplanterede er mere angste og udviser hyppigere tegn på depression end normalbefolkningen.

Formålet med dette studie er at gennemføre hård fysisk kredsløbstræning for hjertetransplanterede (>12 måneder efter transplantation), da det endnu ikke er undersøgt om den type træning virker gunstigt efter hjertetransplantation og om patienter sent efter transplantationen fortsat overhovedet kan have gavn af træning. Vores hypotese er at hård fysisk træning vil have effekt på blodkarrenes evne til at udvide sig, iltoptagelsen, hvilepuls og forskellige blodprøver bl.a. kolesterol tal. Desuden ønsker vi at undersøge om hård fysisk kredsløbstræning under kontrollerede omstændigheder kan reducere angst og depressive symptomer, som det er tilfældet hos normalbefolkningen. Forsøgspersonerne vil få målt deres iltoptagelse/kondition via en arbejdstest på konditionscykel. Effekten på blodkarrene vil blive målt vha. ultralydsudstyr på en pulsåre i overarmen. Der bliver taget blodprøver. Forsøgspersonerne udfylder spørgeskemaer omhandlende angst og depressions symptomer. Alle undersøgelser udføres før og efter forsøget. Selve træningen vil foregå 3 gange om ugen i 8 uger. Træningen vil være "cirkel" træning, hvor forsøgspersonerne skal gennemfører forskellige øvelser som løb og hop, opbygget som intervaltræning. Træningsniveauet planlægges efter den enkeltes fysiske formåen. En kontrolgruppe vil alene få foretaget målinger ved forsøgets start og efter 8 uger, men ikke blive tilbudt træning.

Projektperiode 01.05.09-31.07.09