

The IBD-FITT study - Moderate-intensity exercise for patients with inflammatory bowel disease with moderate disease activity: a randomized controlled trial

Dansk: Kronisk Inflammatorisk Tarmbetændelse og Fysisk Træning (IBD-FITT)

Lægmands resume

Kronisk inflammatorisk tarmsygdom omfatter morbus Crohn og colitis ulcerosa. Sygdommene er livslange, antallet af nye tilfælde er stigende, og der findes forsat ingen kur. Behandlingen er kompleks med forskellige typer af medicin, og der kan anvendes kirurgi med anlæggelse af stomi. Der er behov for at udforske nye supplerende behandlingsmuligheder med fokus på at reducere/vedligeholde lavest mulige sygdomsaktivitet. Træning er foreslået som et sikkert element i forebyggelse og behandling af kronisk inflammatorisk tarmsygdom i mindre kliniske studier og i litteratur reviews, fordi træning udløser et anti-inflammatoriske respons (reducere kronisk betændelse).

Vi vil undersøge indflydelsen af en 12 ugers fysisk træningsintervention og et 15-25 minutters foredrag om sund livsstil til voksne (18-65 år) patienter med kronisk tarmbetændelse med moderat sygdomsaktivitet i tillæg til vanelig behandling målt i forhold til 1) livskvalitet 2) indvirkning på generelt helbred (livvidde, ændring i blodprøver (kolesterol sammensætning) og sygdomsaktivitet 3) explorative ændringer i immunforsvaret via biomarkører (blod og afføringsprøver) i forhold til en kontrol gruppe der modtager et 15 minutters video foredrag om sund livsstil.

Patienterne bliver randomiseret (lodtrækning) 1:1 til deltagelse i træningsgruppen eller i kontrol gruppen. Vi vil inkludere patienter med Crohn's sygdom eller colitis ulcerosa med moderat sygdomsaktivitet defineret efter 4 kriterier: I) velkarakteriseret sygdom II) mindst et års sygdomsvarighed III) i medicinsk behandling de sidste 3 måneder IIII) sygdomsaktivitet via aktiv biomarkør i blodet eller aktiv biomarkør for tarminflammation.

Vi fokuser på patienter med moderat sygdomsaktivitet for at undersøge effekten af træning, da vi ikke har vurderet det muligt at kunne detektere relevante ændringer i samme grad hos patienter med ingen sygdomsaktivitet.

Inklusion og intervention sker via afdelingen for medicinsk mavetarmsygdomme S, Odense Universitets Hospital, Privat Praktiserede Fysioterapi klinik, ambulatorium for medicinske mave/tarm sygdomme, Sydvestjysk Sygehus, Esbjerg, og Fysioterapi afdelingen.

Træningsgruppen skal deltage i et 12 ugers træning med to ugentlige sessioner (60 min.) og en egen træning med moderat træningsintensitet planlagt af fysioterapeuter. Patienternes træning måles via pulsmåler, aktivitetsmåler og træningsdagbøger.

Studiet vil være et af de første og største kliniske forsøg omkring effekten af fysisk træning der involvere voksne patienter med kronisk tarmsygdom med moderat sygdomsaktivitet.