

## Erfahrungsmedizin in Wissenschaft und Forschung

### Weniger Rückenschmerzen dank Osteopathie

Zur Frage, ob Osteopathie eine wirksame Behandlungsoption für chronische Schmerzen im unteren Rückenbereich ist, gibt es widersprüchliche Ansichten: Während amerikanische Leitlinien die Osteopathie bei chronischen Rückenschmerzen empfehlen, kommt ein Review der renommierten Cochrane-Gesellschaft aus dem Jahr 2011 zu dem Ergebnis, dass diese Form der Behandlung nicht wirksamer ist als eine Scheinbehandlung.

Unterstützung erfährt die Osteopathie jetzt durch eine neue Studie, welche die Wirksamkeit von Osteopathie und Ultraschalltherapie im Vergleich zur jeweiligen Sham-Behandlung (siehe Kasten unten) prüfte. An dieser Studie nahmen 455 Patienten teil, die seit mindestens drei Monaten unter Rückenschmerzen litten. Sie wurden verschiedenen Behandlungsgruppen zugeteilt und mussten sich acht Wochen lang sechsmal einer Behandlung unterziehen. Vor jeder Behandlung und nach zwölf Wochen beurteilten die Studienteilnehmer verschiedene Messparameter wie die Schmerzintensität oder die Einnahme von Schmerzmitteln.

Insgesamt ging es den Patienten, die mit Osteopathie behandelt wurden, nach zwölf Wochen deutlich besser als denjenigen, die nur Schein-Osteopathie erhalten hatten. Bei mehr als der Hälfte der Teilnehmer der Osteopathie-Gruppe (63 Prozent) war die Schmerzintensität deutlich gesunken. Als Konsequenz daraus nahmen sie auch seltener Schmerzmittel ein. Im Gegensatz dazu berichteten nur 46 Prozent der Patienten aus der Sham-Gruppe über eine Besserung ihrer Schmerzen.

Durch die osteopathische Behandlung konnten zwar die Schmerzen, nicht jedoch funktionelle Einschränkungen der Patienten verbessert werden. Auch die Arbeitsfähigkeit oder die allgemeine Gesundheit waren in der Osteopathie-Gruppe nicht anders als in der Vergleichsgruppe.

Die Osteopathie-Behandlung erwies sich darüber hinaus als sicher und kostengünstig und sie wurde von den Patienten gut akzeptiert. Letzteres zeigte sich vor allem dadurch, dass 83 Prozent der Osteopathie-Patienten die Behandlung bis zum Ende durchführten.

Quelle: Licciardone J.C. et al: Osteopathic Manual Treatment and Ultrasound Therapy for Chronic Low Back Pain. Ann Fam Med, 11,2013: 122-129

#### **Gut zu wissen**

Eine Sham-Behandlung dient in einer Studie als Kontrolle der zu untersuchenden Behandlung, ähnlich wie eine Placebo-Tablette bei einer Medikamentenstudie. Durch die Sham-Behandlung wird das Therapieverfahren soweit wie möglich imitiert, jedoch ohne dass dabei eine aktive Behandlung stattfindet. In der vorliegenden Studie beispielsweise wurden bei der Sham-Osteopathie zwar dieselben anatomischen Bereiche behandelt wie bei der aktiven Osteopathie, aber leicht veränderte Techniken angewendet wie leichte Berührungen, eine falsche Positionierung des Patienten, absichtlich fehlgeleitete Bewegungen und ein verringerter Kraftaufwand des Therapeuten. Auf diese Weise simulierten die Therapeuten eine aktive Osteopathie-Behandlung, sodass die Patienten nicht erkennen konnten, zu welcher Behandlungsgruppe sie gehörten.