

Steroidinjektionen bei Tennis-Ellbogen vermeiden

r -- Bisset L, Beller E, Jull G et al. Mobilisation with movement and exercise, corticosteroid injection, or wait and see for tennis elbow: randomised trial. BMJ 2006 (4. November); 333: 939-44

[\[LINK\]](#)

Zusammenfassung: Peter Ritzmann

Tennis-Ellbogen (laterale Epikondylopathien) sind ein häufiges Problem in der allgemeinmedizinischen Praxis. In dieser offen geführten Studie wurden bei 198 Personen mit einer mindestens sechs Wochen dauernden Epikondylopathie Kortikosteroidinjektionen bzw. Physiotherapie mit einer abwartenden Haltung verglichen.

Bis sechs Wochen nach Therapiebeginn hatten die mit Injektionen Behandelten am wenigsten Beschwerden, danach kam es aber bei den meisten zu einer neuen Verschlechterung, so dass sie nach einem halben Jahr mehr Beschwerden hatten als diejenigen in der Kontroll- und in der Physiotherapiegruppe. Diejenigen in der Physiotherapiegruppe hatten nach sechs Wochen weniger Beschwerden als diejenigen in Kontrollgruppe, aber mehr als diejenigen in der Injektionsgruppe. Nach einem halben Jahr war der Vorteil gegenüber der Kontrollgruppe immer noch nachweisbar. Sie benötigten auch weniger zusätzliche Behandlungen. Ein Vorteil gegenüber der Injektionsgruppe konnte bis zu einem Jahr nach Behandlungbeginn nachgewiesen werden.

Diese australische Studie bestätigt die Resultate einer ähnlichen holländischen Studie, über die wir vor 5 Jahren berichtet haben (infomed-screen, Juli 2002). Bei der lateralen Epikondylopathie bringt eine Kortikosteroidinjektion zwar eine schnelle Linderung, wirkt sich aber auf den Langzeitverlauf ungünstig aus und sollte deshalb wenn möglich vermieden werden. Der beobachtete Nutzen der Physiotherapie erscheint erfreulich, ist aber wegen der offenen Studienanlage vorsichtig zu beurteilen. Unklar bleibt, ob eine Physiotherapie allenfalls die negativen Langzeitfolgen einer Kortikosteroidinjektion verhindern könnte, wenn eine solche zur schnellen Linderung unumgänglich erscheint.

Zusammengefasst von Peter Ritzmann