

Physikalische Therapien bei Nackenschmerzen

r -- Hoving JL, Koes BW, de Vet HC et al. Manual therapy, physical therapy, or continued care by a general practitioner for patients with neck pain. A randomized, controlled trial. Ann Intern Med 2002 (21. Mai); 136: 713-22

[\[LINK\]](#)

Kommentar: Ivo Büchler

Studienziele

Unspezifische Nackenschmerzen sind ein häufiges Problem in der Allgemeinpraxis. In dieser Studie wurden erstmals Manualtherapie und Physiotherapie bei Nackenschmerzen miteinander und mit einer weiterführenden hausärztlichen Betreuung verglichen.

Methoden

In holländischen Allgemeinpraxen wurden Personen in die Studie aufgenommen, die seit mindestens 2 Wochen an unspezifischen Nackenschmerzen litten. Ausschlusskriterien waren unter anderem neurologische Ausfälle und vorausgehende Operationen an der Halswirbelsäule. Nach dem Zufall wurden die Teilnehmenden während 6 Wochen von ihren Hausärzten weiter betreut oder sie erhielten 1mal wöchentlich Manualtherapie oder 2mal wöchentlich Physiotherapie. In allen Gruppen konnten bei Bedarf Schmerzmittel genommen werden. Beurteilt wurde der Behandlungserfolg und die Funktion der Halswirbelsäule nach 7 Wochen sowie die Intensität der Schmerzen während der Studiendauer. Die Beurteilung erfolgte blind bezüglich der Intervention.

Ergebnisse

Vom Februar 1997 bis Oktober 1998 konnten 183 Personen randomisiert werden. Nach 7 Wochen fand sich eine «starke Besserung» oder «vollständige Heilung» signifikant häufiger in der Manualtherapie-Gruppe (bei 68%) als in der Physiotherapie-Gruppe (51%) und in der Gruppe mit hausärztlicher Betreuung (36%). Auch die Schmerzintensität in den letzten drei Studienwochen nahm in der Manualtherapie-Gruppe signifikant stärker ab als in den beiden anderen Gruppen. In den Manualtherapie- und Physiotherapie-Gruppen wurden weniger Analgetika gebraucht. Bezüglich der Behinderung und der Arbeitsabsenzen waren die Unterschiede statistisch nicht signifikant. Häufiger als in der Kontrollgruppe waren in den Interventionsgruppen Kopfschmerzen (rund 30%), Parästhesien oder Schmerzen in den Armen (rund 15%) und Schwindel (rund 10%). Verstärkte Nackenschmerzen waren am häufigsten in der Manualtherapie-Gruppe (18%).

Schlussfolgerungen

Sechs Wochen Behandlung mit Manualtherapie führten zu einer stärkeren Besserung von unspezifischen Nackenschmerzen als Physiotherapie oder Weiterbetreuung durch den Hausarzt. Unter Manual- oder Physiotherapie war der Analgetikabedarf kleiner, die subjektiven Nebenwirkungen jedoch häufiger. (PG)

Die Schlussfolgerungen dieser Studie für die Praxis lauten:

1. Mit dem Ziel einer weitgehenden Schmerzfreiheit sollten in den ersten Monaten nach Beginn von Nackenschmerzen Physiotherapien/Manualtherapien durchgeführt werden. 2. Manualtherapeutische Mobilisationstechniken sind der vorwiegend aktiven Physiotherapie in dieser Zeit überlegen. Keine Antwort bekommt man in Bezug auf Rezidive und den chronischen Verlauf in den einzelnen Gruppen (Beobachtungsdauer 7 Wochen). Der Effekt manualtherapeutischer Mobilisationen mit Impuls, die in der Frühphase der Nackenschmerzen ihre besten Erfolge zeigen, wurde nicht untersucht.

Ivo Büchler