

Halskragen wirksam und billiger als Physiotherapie

r -- Kuijper B, Tans JT, Beelen A et al. Cervical collar or physiotherapy versus wait and see policy for recent onset cervical radiculopathy: randomised trial. BMJ 2009 (7. Oktober); 339: b3883

[\[LINK\]](#)

Kommentar: Ivo Büchler

Studienziele

Radikuläre Nacken-Arm-Schmerzen sind häufig und haben meist eine gute Prognose. Sie können allerdings Wochen bis Monate andauern. Bei chronischen Schmerzen dieser Art konnte kein Nutzen von Physiotherapie oder einem Halskragen gezeigt werden. In der vorliegenden Studie werden diese beiden Behandlungsoptionen bei subakuten radikulären Nacken-Arm-Schmerzen untersucht, da für diese Indikation bisher keine entsprechenden Daten vorliegen.

Methoden

205 Personen mit radikulären Nacken-Arm-Schmerzen von weniger als einem Monat Dauer, welche einem der neurologischen Ambulatorien von drei holländischen Spitälern zugewiesen worden waren, nahmen an der randomisierten Studie teil. Das Tragen eines Halskragens kombiniert mit körperlicher Schonung bzw. eine aktive, muskelstabilisierende Physiotherapie kombiniert mit Heimübungen, wurden mit beobachtendem Abwarten verglichen. Primäre Endpunkte waren der Verlauf der Arm- und Nackenschmerzen und der Behinderung über sechs Wochen.

Ergebnisse

Nach 6 Wochen hatten sich die Armschmerzen in der Gruppe ohne Intervention deutlich gebessert (Abnahme von 22 mm auf einer visuellen Analogskala von 0 bis 100 mm). Im Vergleich dazu zeigten sowohl die Gruppe mit Halskragen als auch diejenige mit Physiotherapie eine deutlich stärkere Besserung (Abnahme auf der Skala: 35 mm bzw. 36 mm). Die Nackenschmerzen blieben ohne Intervention praktisch unverändert, in den Interventionsgruppen verringerten sie sich um 26 mm. Auch bezüglich Funktion schnitten die Gruppen mit Halskragen oder Physiotherapie eher günstiger ab, wobei zwischen Physiotherapie und beobachtendem Abwarten jedoch kein statistisch signifikanter Unterschied festgestellt werden konnte.

Schlussfolgerungen

Sowohl das Tragen eines halbharten Halskragens kombiniert mit körperlicher Schonung als auch eine stabilisierende Physiotherapie können eine relevante Besserung der Beschwerden bei akuten radikulären Nacken-Arm-Schmerzen bewirken. Bei vergleichbarem Nutzen sind die Kosten für den Halskragen allerdings deutlich geringer.

Zusammengefasst von Alexandra Röllin

Die Studie vergleicht drei praxisrelevante Vorgehensweisen bei subakuten radikulären Nacken-Arm-Schmerzen von

maximal vier Wochen Dauer. Aufgrund der vorliegenden Resultate kann bei solchen Beschwerden, unabhängig von der Ursache, ein halbharter Kragen für einige Wochen verschrieben werden, mit dem Rat an die Betroffenen, sich zu schonen. Physiotherapie zeigt gegenüber diesem kostengünstigeren Vorgehen keine Vorteile.

Die Studienverantwortlichen weisen darauf hin, dass der Kragen halbhart sein und nicht länger als 6 Wochen getragen werden soll. Die «wait and see»- Strategie kann aus meiner Sicht für Betroffene mit gut aushaltbaren radikulären Beschwerden in Erwägung gezogen werden. Dabei ist zu beachten, dass die Armschmerzen bei allen Untersuchten nach sechs Monaten praktisch vollständig zurückgegangen waren. Auch in Bezug auf Schmerzmittel-Verbrauch, Arbeitsfähigkeit oder Notwendigkeit einer Operation bestand kein Unterschied zwischen den drei Gruppen.

Ivo Büchler