

## Akupunktur wirkt bei chronischen Schmerzen

**m** -- Vickers AJ, Cronin AM, Maschino AC et al. Acupuncture for chronic pain. Individual patient data meta-analysis. Arch Intern Med 2012 (10. September); 172: 1444-53

[\[LINK\]](#)

---

Zusammenfassung: Peter Schläppi

Die Wirkung der Akupunktur wird immer noch kontrovers beurteilt, weil sie pathophysiologisch nicht erklärt werden kann. Die «Acupuncture Trialists' Collaboration», eine internationale Forschungsgruppe, untersuchte in einer systematischen Übersicht die Frage, ob eine Akupunktur bei Personen mit Arthroschmerzen, Rücken-/Nackenschmerzen, Kopfschmerzen oder Schulterschmerzen, die länger als vier Wochen dauerten, wirksamer ist als eine Scheinakupunktur oder keine Akupunktur. Eingang fanden nur randomisierte Studien, von denen individuelle Daten der Behandelten vorhanden waren. Primärer Endpunkt war die Beurteilung der Unterschiede nach mindestens vier Wochen Therapie.

Von 83 identifizierten Studien erfüllten 29 die Kriterien für die Aufnahme in die Meta-Analyse. Die Akupunktur war dabei für alle Krankheitsgruppen einer Scheinakupunktur überlegen und wirksamer als keine Akupunktur. Beide Ergebnisse waren signifikant: Bei Verwendung einer Schmerzskala erreichte die Akupunktur gegenüber der Scheinakupunktur eine Verminderung der Schmerzen um 0,15 bis 0,23 Standardabweichungen und im Vergleich zu keiner Akupunktur um 0,42 bis 0,57 Standardabweichungen. Die Studienverantwortlichen folgern, dass Akupunktur eine sinnvolle Option für die Behandlung chronischer Schmerzen sein kann, umso mehr als sie auch der Scheinakupunktur moderat überlegen war.

*Die Akupunktur hat im praktischen Alltag in der Schmerztherapie eine lange, anerkannte Tradition. Dies scheint sich nun auch mit verlässlicher wissenschaftlicher Methodik zu bestätigen, und die Akupunktur wird auch für Ärztinnen und Ärzte, die der Komplementärmedizin kritisch gegenüber stehen, eine valable Indikation zur Überweisung. Dabei ist wichtig, dass die Akupunktur von gut ausgebildeten, erfahrenen Fachpersonen durchgeführt wird. Nur so ist garantiert, dass die Behandlung methodisch korrekt erfolgt, und dass neben dem nachgewiesenen Placeboeffekt der Vorteil gegenüber einer Scheinakupunktur zum Tragen kommt. Ein weiterer Vorteil der Akupunktur: Im Unterschied zu einem chronischen Schmerzmittelgebrauch existieren bei korrekter Ausführung kaum Nebenwirkungen.*

Zusammengefasst von Peter Schläppi