

Verhaltenstipps statt Physiotherapie bei chronischem Schleudertrauma

r -- Michaleff ZA, Maher CG, Lin CW et al. Comprehensive physiotherapy exercise programme or advice for chronic whiplash (PROMISE): a pragmatic randomised controlled trial. Lancet 2014 (12. Juli); 384: 133-41

[\[LINK\]](#)

Anhand verschiedener Studien konnte gezeigt werden, dass die akuten Beschwerden nach Hyperextensionstrauma der Halswirbelsäule auf eine Kurzintervention genauso gut ansprechen wie auf ein ausgedehntes physiotherapeutisches Behandlungsprogramm. Die Frage, ob dies auch für chronische Beschwerden derselben Ursache gilt, wurde in dieser randomisierten Studie aus Australien untersucht. Nach dem Zufall wurden 172 Personen, deren Beschwerden nach einem Hyperextensionstrauma der HWS bereits zwischen drei Monaten und fünf Jahren andauert hatten, entweder mit einem ausgedehnten und individuell angepassten Physiotherapie-Programm von 20 Sitzungen über 12 Wochen oder einer einzigen «Instruktions-Sitzung» (gefolgt von freiwilligem Telefonsupport) behandelt. Der Behandlungserfolg wurde in erster Linie anhand der durchschnittlichen Schmerzintensität während der dem Beurteilungszeitpunkt vorangehenden Woche beurteilt. Diese wurde mit einer visuellen Analogskala von 0 bis 10 Punkten gemessen.

Im Verlauf der ganzen Nachbeobachtungszeit war der positive Einfluss der Behandlung auf die Schmerzintensität in den beiden Gruppen vergleichbar. Weder nach 14 Wochen noch nach 6 oder 12 Monaten konnte ein Unterschied zwischen den beiden Gruppen gezeigt werden. Dies galt genauso für die meisten der diversen sekundären Endpunkte. In den wenigen Ausnahmefällen, in denen bei sekundären Endpunkten ein statistisch signifikanter Unterschied festgestellt werden konnte, war dieser so minim, dass er kaum klinische Bedeutung erlangte. Auch vorbestehende Zeichen von posttraumatischem Stress oder zentralnervöser Übererregbarkeit hatten keinen Einfluss auf das Behandlungsergebnis.

Die alltägliche Erfahrung in der Praxis scheint dem Resultat dieser Studie zu widersprechen – sind doch die meisten an chronischen Beschwerden nach Hyperextensionstrauma der Halswirbelsäule Leidenden in intensiver physiotherapeutischer Behandlung. Doch offensichtlich würde «weniger» genauso viel bringen. Die Herausforderung wird allerdings darin bestehen, herauszufinden, was genau dieses «weniger» beinhalten soll und welche Elemente der «Instruktions-Sitzung» den einer intensiven Physiotherapie vergleichbaren Nutzen erbracht hatten. Zudem dürfte es in vielen Fällen nicht einfach sein, die Betroffenen vom gezeigten Sachverhalt zu überzeugen.

Zusammengefasst von Alexandra Röllin