

## **Osteopathische Behandlung des chronischen unspezifischen Nackenschmerzes**

### **Osteopathic treatment of chronic neck pain**

**Margarethe Keller Osteopathin D.O.®**

#### **Hintergrund:**

Der chronische unspezifische Nackenschmerz (CNP = chronic non - specific) ist eine häufige, oftmals behindernde Erkrankung, für deren Therapie es bis heute keinen Goldstandard gibt. Erfahrungen aus der osteopathischen Praxis sprechen dafür, dass eine osteopathische Behandlung die Symptome des CNP lindern kann. In einer randomisierten kontrollierten Wirksamkeitsstudie sollte diese Hypothese untersucht werden.

#### **Material und Methoden:**

Auf Anzeigen in Lokalzeitungen hin meldeten sich 135 CNP – Patienten, von denen 41 die vorab festgelegten Teilnahmekriterien erfüllten und in die Studie aufgenommen wurden. Alle Teilnehmer erhielten durchschnittlich 10 Wochen lang einmal wöchentlich eine 12-minütige Therapie mit Sham-Ultraschall. Die 24 Patienten der Interventionsgruppe erhielten zusätzlich jede 2 Woche in Anschluss an die Sham–Therapie eine 45-minütige osteopathische Behandlung entsprechend der jeweils aktuellen osteopathischen Befunde. 40 Patienten konnten nach Beendigung der Therapie 12 Wochen lang nachbeobachtet werden. Hauptzielparameter war die Schmerzintensität, quantifiziert mit einer numerischen Ratingskala (NRS, Werte von 0-10).

#### **Ergebnisse:**

In beiden Gruppen gab es jeweils 2 Studienabbrecher. Die durchschnittliche Schmerzintensität sank in der Interventionsgruppe von 4,7 auf 2,2 ( $p < 0,0005$ ) und in der Kontrollgruppe von 4,8 auf 4,0 ( $p = 0,09$ ). Die Veränderungen im Behandlungsverlauf waren zwischen den beiden Gruppen signifikant unterschiedlich ( $p = 0,02$ ). Eine im Umfang in beiden Gruppen vergleichbare weitere Verbesserung wurde während des Follow-ups beobachtet (0,3 bzw. 0,4 Punkte auf der NRS). Die beobachteten Veränderungen beeinflussten auch die Lebensqualität, gemessen mit allgemeinen und spezifischen Instrumenten wie dem MOS SF-36 und dem Northwick Park Pain Questionnaire.

#### **Schlussfolgerung:**

Eine Serie von befundabhängigen osteopathischen Behandlungen könnte sich als viel versprechender Therapieansatz für Patienten mit CNP erweisen. Weitere Studien müssen zeigen, ob die beobachteten Ergebnisse reproduzierbar sind und ob sich ein andauernder positiver Effekt erzielen lässt.