

[Forsch Komplementmed.](#) 2013, 20(Suppl.1):73. Beitrag auf dem 8th International Congress on Complementary Medicine Research 2013, London, GB.

Craniosacrale Therapie bei chronischen Nackenschmerzen – eine randomisiert sham-kontrollierte Studie.

Haller H, Lauche R, Cramer H, Gass F, Rampp T, Saha FJ, Langhorst J, Dobos GJ.

Lehrstuhl und Klinik für Naturheilkunde und Integrative Medizin, Kliniken Essen-Mitte, Fakultät für Medizin, Universität Duisburg-Essen, Deutschland.

Zusammenfassung

METHODIK: Um die Wirksamkeit von Craniosacraler Therapie (CST) auf chronische unspezifische Nackenschmerzen zu untersuchen, wurden 54 Patienten zufällig zwei Gruppen zugewiesen: Innerhalb von 8 Wochen erhielten sie entweder 8x45min CST oder 8x45min Scheinbehandlung, bei der für jeweils zwei Minuten ohne therapeutische Intention die Hände aufgelegt wurden. Die Patienten waren während der Studiendauer verblindet.

ERGEBNISSE: Im Vergleich zur Kontrollgruppe berichteten Patienten, die mit CST behandelt wurden, eine signifikant und praktisch relevante Reduktion der Schmerzintensität in Ruhe und Bewegung sowie der Beeinträchtigung im Alltag. Die Lebensqualität und die Körperachtsamkeit der CST-Patienten erhöhten sich ebenfalls signifikant. Keine Unterschiede zwischen den Gruppen konnten bezüglich Ängstlichkeit/Depressivität, Stresswahrnehmung, körperbezogenem Wohlbefinden und Schmerzakzeptanz gefunden werden. Insgesamt berichteten die CST-Patienten über starke Verbesserung ihrer Beschwerden, während die Kontrollpatienten keine Veränderung bis lediglich leichte Besserungen angaben. Es traten keine Nebenwirkungen der Therapie auf.

BEWERTUNG: Die Qualität der Studie genügt den höchsten Standards für randomisiert kontrollierte Studien. Trotz einer eher geringen Stichprobengröße konnten stabile Effekte nachgewiesen werden, was für deren Generalisierbarkeit spricht.