

Craniosacrale Therapie bei chronischen Nackenschmerzen

| | |
|------------------------|---|
| | <p>Haller H, Lauche R, Cramer H, Rampp T, Saha FJ, Ostermann T, Dobos G. Craniosacral Therapy for the treatment of chronic neck pain: a randomized sham-controlled trial of efficacy. Clinical Journal of Pain 2016, 32(5):450-459.</p> |
| Zusammenfassung | <p>Methodik: Um die Wirksamkeit von CST auf chronische unspezifische Nackenschmerzen zu untersuchen, wurden 54 Patienten zufällig zwei Gruppen zugewiesen: Innerhalb von 8 Wochen erhielten sie entweder 8 x 45min CST oder 8 x 45min Scheinbehandlung, bei der für jeweils zwei Minuten ohne therapeutische Intention die Hände aufgelegt wurden. Die Patienten waren während der Studiendauer verblindet.</p> <p>Ergebnisse: Im Vergleich zur Kontrollgruppe berichteten Patienten, die mit CST behandelt wurden, eine signifikante und praktisch relevante Reduktion der Schmerzintensität in Ruhe und Bewegung sowie der Beeinträchtigung im Alltag/Beruf zum Ende der Intervention (Woche 8) wie auch 3 weitere Monate später (Woche 20). Zu Woche 20 berichtenden 78% der CST-Gruppe mindestens 20% Schmerzreduktion, 48% der CST-Gruppe sogar über 50%.</p> <p>Ebenfalls zu beiden Zeitpunkten waren die physische Lebensqualität und die globale Verbesserung der Beschwerden in der CST-Gruppe signifikant höher als in der Kontrollgruppe. Die Druckschmerzempfindlichkeit und Körperachtsamkeit konnte lediglich zu Woche 8 verbessert werden, die Ängstlichkeit zu Woche 20. Keine Unterschiede zwischen den Gruppen konnten bezüglich Depressivität, Stresswahrnehmung, körperbezogenem Wohlbefinden und Schmerzakzeptanz gefunden werden. Es traten keine schwerwiegenden Nebenwirkungen in beiden Gruppen auf.</p> <p>Bewertung: Die Qualität der Studie genügt den höchsten Standards für randomisiert kontrollierte Studien und ist die erste CST-Studie mit verblindeten Patienten. Trotz einer eher geringen Stichprobengröße konnten stabile Effekte nachgewiesen werden, was für deren Generalisierbarkeit spricht.</p> |