

Schwellungszustände der Gelenke bei degenerativen Erkrankungen.

Bei der **Triggerpunktmassage/-therapie** werden je nach Lokalisation myofasziale, kutane, fasziale, ligamentäre und periostale Triggerpunkte, Zentren erhöhter Reizbarkeit in einem Gewebe, mit verschiedenartigen Behandlungstechniken (Kühlspray, Dehnung, Druck, Infiltration) bearbeitet [34].

Bei der Triggerpunktbehandlung mit dünnen Nadeln („dry needling“) gibt es einen fließenden Übergang zur **Akupunktur**, ein Verfahren, das definitionsgemäß den naturheilkundlichen Behandlungsformen zugerechnet wird. Die Studienlage ist hier, auch aufgrund der unterschiedlichen Begrifflichkeiten, sehr uneinheitlich. Zur Akupunktur bei Gonarthrose liegen mehrere RCTs vor, bei denen die Verum-Akupunkturgruppen hinsichtlich Schmerzreduktion, Funktionsverbesserung und Lebensqualität den Kontrollgruppen gegenüber (Sham-Akupunktur, NSAIDs, Warteliste etc.) signifikant überlegen waren [20]. Die deutsche Gonarthrose-Leitlinie führt Akupunktur als Kann-Option auf [27].

Hydro- und Balneotherapie

Als Hydrotherapie wird die Anwendung reinen Wassers als Heilmittel zur Unterstützung der Genesung bezeichnet. Bei der Balneotherapie werden in der Regel mineralisierte Wässer und andere Heilmittel (Gase, Peloide) verwendet. In der internationalen Literatur wird häufig auch die Bewegungstherapie im Wasser (Bewegungsbad) zur Hydrotherapie gerechnet. In Deutschland wird diese vielmehr un-

ter dem Begriff der Physiotherapie subsumiert.

Es kommen dabei folgende Wirkqualitäten in unterschiedlichem Ausmaß zum Tragen:

- Temperatur,
- hydrostatischer Druck,
- Auftriebskraft und
- Reibungswiderstand (bei Bewegungsbädern)

Von den in der Balneotherapie verwendeten Heilmitteln sind in der Schmerztherapie bei degenerativen Erkrankungen vor allem Kohlenstoffdioxid (CO₂), Schwefelwasserstoff (H₂S) und Torf (Moor) von Bedeutung.

Der Cochrane Review von Verhagen et al. schloss 7 RCTs von geringer methodischer Qualität mit insgesamt 498 Arthrose-Patienten (4 RCTs ausschließlich Kniearthrose) zu Hydro- und Balneotherapie ein. Der Review fand kurzfristige Wirkungen von Mineralbädern auf Schmerz, Funktion, Lebensqualität und Schmerzmitteleinnahme, aber keine Wirkung bei anderen balneologischen Anwendungen [36].

Zusammenfassung

Der physikalischen Therapie kommt in der Behandlung von Schmerzen bei degenerativen Erkrankungen primär eine unterstützende Funktion im Rahmen eines multimodalen Therapieansatzes zu. Dabei können die differenziert und mit einigem Erfahrungsschatz eingesetzten physikalischen Therapiemethoden die Schmerzen bei degenerativen Krankheiten positiv beeinflussen und haben bei Beachtung der Kontraindikationen kaum Nebenwirkungen. Die Anwendung, zumeist in Kombination

mit anderen Therapiemethoden, aber auch die Schwierigkeiten bei physikalischen Therapieverfahren in einem Studiendesign eine Verblindung vorzunehmen, führten dazu, dass bislang nur wenige randomisierte kontrollierte Studien durchgeführt wurden. Dies wiederum ist ein wesentlicher Grund für die zum Teil noch uneinheitliche Studienlage zur Evidenzbasierung.

Da die wissenschaftlichen Erkenntnisse aber zunehmen und physikalische Therapiemethoden bei den Patienten eine hohe Akzeptanz haben, sollten diese trotz zunehmendem Kostendruck dem Gesundheitswesen erhalten bleiben.

Interessenskonflikte:

Keine angegeben.

Das Literaturverzeichnis zu diesem Beitrag finden Sie auf:
www.online-oup.de.



Foto: Thomas Gottfried

Korrespondenzadresse
Dr. med. Thomas Gottfried
Klinik Höhenried gGmbH der
Deutschen Rentenversicherung
Bayern Süd
82347 Bernried
thomas.gottfried@hoehenried.de

OUP-Jahresbestpreis 2020/Preise 2021

Den OUP-Bestpreis für das Jahr 2020 erhielt PD Dr. Michael Ruf für seine Arbeit „Skoliose im Kindesalter“, erschienen in der Ausgabe 4. Der Preis wurde übergeben vom Hauptschriftleiter Prof. Dr. Jörg Jerosch. Für die besten Kurzvorträge wurden Annet Wijnen (Titel: „Effektivität der medizinischen Rehabilitation nach Primärimplantation einer Totalen Hüftendoprothese bei Patienten im erwerbsfähigen Alter: Ein Vergleich der gängigen Versorgung in den Niederlanden

versus in Deutschland“) und Dr. Tomas da Silva (Titel: „Vergleich von Outcome und Komplikationen gebogener vs. gerader langer PHILOS-Platten nach Versorgung proximaler Humerusschaftfrakturen“) prämiert. Die Auszeichnung „Bestes ePoster“ ging an Prof. Dr. Wolfgang Bauermeister für seine Einreichung zum Thema „Ultraschall-Elastografie basierte Behandlung des Chronic Widespread Pain – Fibromyalgie mit Repetitiver Peripherer Magnetstimulation“.



Foto: Conventus

Abbildung Stellvertretend für alle Beteiligten nahmen Dr. med. Deborah Schray und Prof. Dr. Tobias Pitzen digital den OUP-Bestpreis 2020 von Hauptschriftleiter Prof. Jörg Jerosch entgegen.