

# Osteopathische Behandlung hilft bei chronischen unspezifischen Nackenschmerzen.

## Ergebnisse einer Übersichtsstudie

Nackenschmerzen treten bei Menschen aller Altersstufen auf. Sie sind so allgegenwärtig wie Kopf-, Bauch-, oder Rückenschmerzen und verlaufen, ähnlich wie Rückenschmerzen, oft in Episoden. Schätzungen gehen davon aus, dass in einen Zeitraum von 12 Monaten etwa 30% bis 50% der Erwachsenen und 21% bis 42% der Kinder und Jugendlichen mindestens einmal Nackenschmerzen haben. Obwohl Nackenschmerzen hartnäckig und hinderlich sein können, schränken sie die Aktivität seltener ein als etwa Schmerzen im Bereich der Lendenwirbelsäule. Nackenschmerzen mit unbekannter Ursache werden als unspezifische Nackenschmerzen bezeichnet.

Die Osteopathie ist ein Gesundheitsansatz, der die Bedeutung des muskuloskeletalen Systems betont und die optimale Funktion des Körpergewebes fördert. Die osteopathische Behandlung beinhaltet für gewöhnlich eine Reihe manueller Techniken. Die Behandlung ist durch einen ganzheitlichen Patientenansatz gekennzeichnet, so dass sie bei verschiedenen Körperregionen und -geweben angewendet werden kann, manchmal auch außerhalb des symptomatischen Bereichs, je nach klinischem Urteil des Behandlers.

Die osteopathische Behandlung unterscheidet sich von einzelnen manuellen Techniken bzw. von anderen manuellen Therapieformen. Ob der osteopathische Ansatz sich positiv auf Patienten mit Nackenschmerzen auswirkt und wie substantiell dieser Effekt ist, war jedoch nicht bekannt. Das Ziel dieser Übersichtsstudie war es daher, die Wirksamkeit osteopathischer Ansätze bei der Behandlung von chronischen, unspezifischen Nackenschmerzen zu beurteilen. Um vorhandene Studien zu erfassen, wurde eine systematische Literaturrecherche in den wichtigsten medizinischen Datenbanken durchgeführt. Bei den Studien musste es sich um randomisierte klinische Studien handeln, weil sie nach dem heutigen Wissensstand am besten die Wirksamkeit von Behandlungsverfahren erfassen können. Es wurden Studien mit Erwachsenen (älter als 18 Jahre) mit chronischen Nackenschmerzen (Dauer älter als 3 Monate) berücksichtigt. Beurteilt wurde die Schmerzverbesserung, der funktionelle Status (Einschränkung bei Tätigkeiten des Alltags) und etwaige Nebenwirkungen bei der Behandlung.

Die Suchstrategie führte zu 3 Studien mit 123 Teilnehmern, die in die Auswertung einbezogen wurden. Zwei der Studien kamen aus Deutschland und eine Studie aus Italien. Alle Studien berichteten über die Schmerzintensität, jedoch nur zwei über den funktionellen Status. Die drei Studien wurden für die Wirksamkeit der Osteopathie hinsichtlich des Parameters Schmerz analysiert. Zwei Studien zeigten eine statistisch signifikante Schmerzverbesserung durch die osteopathische Behandlung, während eine Studie zwar eine Verbesserung für das aktuelle Schmerzempfinden aufzeigte, diese jedoch nicht signifikant war. Die Analyse des funktionellen Status basierte auf 2 Studien mit insgesamt 65 Teilnehmern. Hier war die Verbesserung durch die osteopathische Behandlung zwar vorhanden, jedoch nicht statistisch signifikant.

Die Autoren der Übersichtsstudie kamen zu der folgenden Schlussfolgerung: Die Ergebnisse deuten darauf hin, dass osteopathische Behandlungen eine klinisch bedeutsame schmerzverringende Wirkung bei unspezifischen Nackenschmerzen haben. Hinsichtlich des funktionellen Status sind die Verbesserungen geringer als bei der Schmerzverbesserung. Insgesamt wären größere und weitere Studien vonnöten, um belastbarere Schlussfolgerungen hinsichtlich der Wirksamkeit von osteopathischen Behandlungen bei chronischen Nackenschmerzen zu ziehen.

*Diese Zusammenfassung bezieht sich auf die folgende Studie: Franke H, Franke J-D, Fryer G. Osteopathic manipulative treatment for chronic nonspecific neck pain: A systematic review and meta-analysis. International Journal of Osteopathic Medicine 2015; 18 (4): 255-267*

Die Erstellung dieser Fachinformation wurde mit Mitteln der folgenden osteopathischen Verbände und Organisationen unterstützt, die damit aber keinen Einfluss auf den Inhalt nahmen.

