



## MANUELLE MEDIZIN

# Was hilft bei Nackenschmerzen am besten?

Die Manuelle Medizin könnte Abhilfe für zahlreiche Probleme des medizinischen Alltags bringen: Sie ist effektiv, kostengünstig, patientennah, schonend, interdisziplinär. Die Mitglieder und Gäste des Jahreskongresses der Schweizerischen Ärztesgesellschaft für Manuelle Medizin (SAMM) konnten sich überzeugen, wie durch eine gezielte Behandlung auf der Basis der Kenntnisse und Fertigkeiten des «Handwerks» beim Nackenschmerz rasch und wirksam Abhilfe geschaffen werden kann.

**M**it zunehmendem Alter treten oft altersentsprechende, degenerative Veränderungen im Bereich der Halswirbelsäule und des cervikothorakalen Überganges auf. Aber auch sehr viele junge Menschen leiden im Nackenbereich aufgrund von falschen Bewegungsmuster bzw. übermässiger Belastung/Fehlbelastung unter chronischen Schmerzen. Die ideale Therapie für Nackenschmerzen ist noch nicht gefunden. Heute wird eine Kombination verschiedener Behandlungsmethoden empfohlen.

Gastredner des SAMM-Kongresses in Interlaken war Prof. Dr. Maurits van Tulder aus Amsterdam. In einer holländischen Studie des Instituts für Manuelle Medizin konnte nachgewiesen werden, dass die rückenbeschmerzbedingte Arbeitsunfähigkeit durch eine gezielte manuelle Therapie signifikant verkürzt werden kann. Von der gleichen Forschergruppe wurde auch die kostensparende Überlegenheit der manuellen Therapie im Vergleich mit Physiotherapie dargelegt (u=183; Korthals-de Bos et al, 2003). Allerdings fehlen evidenzbasierte Studien für den Nackenschmerz, die es erlauben würden, Guidelines zu erstellen (s. Kasten «Offene Evidenz»).

Die manuelle Medizin hat trotzdem bereits jetzt zahlreiche Möglichkeiten zu helfen. In 13 Workshops konnten die Teilnehmer ihr Wissen zu Radiologie, Osteoporose, Osteopathie usw. und allem rund um den Nacken vertiefen. Letztendlich ist es das Wissen aus Anatomie, Physiologie und

Pathophysiologie, das den Weg zur richtigen Behandlung weist. Bei Nackenschmerzen hat Manuelle Therapie einen positiven Effekt – insbesondere in Kombination mit anderen Behandlungsverfahren, die auch zur Sprache kamen.

Untersuchungen belegen, dass beim grundversorgenden Praktiker die gezielte manuelle Therapie bei Rückenschmerzen einem herkömmlichen Behandlungskonzept sowohl bei Kurzzeit- wie auch bei Langzeitverläufen überlegen ist. Auch im Vergleich mit der konventionellen Physiotherapie ist im Langzeitverlauf die manuelle Therapie in Bezug auf das Behandlungsergebnis wie auch auf die Anzahl Behandlungen überlegen.

*Dr. med. Susanne Schelosky*

Weitere Informationen: [www.samm.ch](http://www.samm.ch)

### «Offene Evidenz»

Prof. van Tulder fand in der Cochrane Library (4/2004) insgesamt sechs systematische Reviews zum Thema Nackenschmerzen. Insgesamt gesehen seien jedoch nur wenige qualitativ hochwertige Studien zum Thema vorhanden, die zudem jeweils nur geringe Patientenzahlen aufwiesen und nur kleine Effekte nachweisen konnten.

In «Conservative treatment for whiplash» (Verhagen et al 2004) wurden 15 Studien zum Schleudertrauma ausgewertet, die jedoch zum Teil erhebliche methodische Mängel aufwiesen und sehr heterogen in Bezug auf die untersuchte Gruppe und die Behandlung waren. Gemäss den Autoren liegt eine mässige Evidenz für eine bessere Wirksamkeit der aktiven oder passiven Behandlung im Vergleich zu keiner Behandlung vor, wobei jedoch nur kurzfristige und vergleichsweise geringe Effekte beobachtet wurden. Der direkte Vergleich zwischen aktiver und passiver Therapie zeigte keinen Vorteil für die eine oder die andere Strategie.

Auch der Review von Gross et al (2004) zu «Manipulation and mobilization for mechanic neck disorders» leidet unter der Uneinheitlichkeit der 33 ausgewählten Studien. In der Schmerzbehandlung zeigte sich im Vergleich zu Placebo ein nicht signifikanter Vorteil für einzelne oder wiederholte Manipulationen und Mobilisationen. Am wirksamsten war jedoch die Kombination verschiedener Behandlungsmethoden mit einer aktiven Übungsbehandlung.