

# Patienteninformation

## Osteopathische Behandlung hilft bei unspezifischen Rückenschmerzen.

### Ergebnisse einer großen Übersichtsstudie

Schmerzen im unteren Bereich des Rückens sind in Deutschland wie auch in allen westlichen Industriestaaten eine häufige Erkrankung mit oft deutlichen Einschränkungen für den Einzelnen. Die ökonomischen Belastungen für die Gesellschaft sind zudem beträchtlich. Dabei sind spezifische Ursachen für Rückenschmerzen (z.B. Tumor oder Entzündung) selten und zeichnen für weniger als 15% aller Fälle verantwortlich. Über 85% der Patienten klagen über unspezifische Rückenschmerzen, die als Spannung, Schmerz und/oder Steifigkeit im unteren Bereich des Rückens wahrgenommen werden, vorwiegend im Bereich der Muskeln und des Bindegewebes (Faszien).

Die Osteopathie ist ein Behandlungssystem, das die Rolle des muskuloskeletalen Systems für die Gesundheit des Menschen betont. Durch geeignete manuelle Techniken werden die Beweglichkeit und/oder die Stabilität des Gewebes gefördert und eine optimale Funktion des Bewegungs- und Halteapparates unterstützt. Wichtig ist dabei ein ganzheitlicher Ansatz, der nicht allein auf die schmerzhafteste Region fokussiert, sondern das Zusammenspiel vieler Körperregionen und ihre Gewebeeigenschaften berücksichtigt.

Eine große Übersichtsstudie, die im September 2014 in dem renommierten englischen Fachjournal *BMC Musculoskeletal Disorders* erschien, ging nun der Frage nach, wie wirksam die osteopathische Behandlung bei erwachsenen Patienten mit unspezifischem Rückenschmerz ist. Gemessen wurde der Erfolg an der Schmerzabnahme und

dem funktionellen Status, d.h. an der Fähigkeit des Patienten, Alltagsverrichtungen ohne Einschränkungen ausüben zu können. Zudem wurde erfasst, ob es bei der osteopathischen Behandlung zu Nebenwirkungen kam. 15 Studien mit 1502 Teilnehmern erfüllten die Einschlusskriterien der Übersichtsstudie. Zehn Studien untersuchten die Wirksamkeit der Osteopathie bei unspezifischen Rückenschmerzen, drei Studien die Wirksamkeit bei Rückenschmerzen von Schwangeren und zwei Studien Rückenschmerzen von Frauen in der Zeit nach der Geburt.

Die Ergebnisse drei Monate nach Studienbeginn zeigten, dass die osteopathische Behandlung sowohl den Schmerz als auch den funktionellen Status bei unspezifischen Rückenschmerzen verbesserte. Dies galt bei akuten und chronischen Rückenschmerzen, bei chronischen Rückenschmerzen sowie bei Rückenschmerzen von Schwangeren und Frauen in der Zeit nach der Geburt. Die Verbesserungen waren statistisch signifikant und klinisch relevant, d.h. der Behandlungserfolg war bedeutsam und eindeutig ein Ergebnis der osteopathischen Behandlung. Besonders erfreulich war zudem, dass keine der Studien über ernste Nebenwirkungen bei der osteopathischen Behandlung berichtete.

**Literatur:** Franke H, Franke JD, Fryer G: *Osteopathic manipulative treatment for non-specific low back pain: a systematic review and meta-analysis. BMC Musculoskeletal Disorders 2014, 15: 286.*

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

