

Osteopathische Behandlung von Schwangeren mit Rückenschmerzen. Randomisierte kontrollierte Studie.

Karin Röhrich

Studienziel: Untersuchung der Frage, ob osteopathische Behandlungen in der Schwangerschaft zu einer Linderung von Rückenschmerzen und zu einer Verbesserung der Aktivitäten des täglichen Lebens führen.

Studiendesign: Randomisierte kontrollierte Studie.

Methoden: Eine an der Still Academy GmbH ausgebildete Osteopathin führte die Studie in ihrer Praxis in Deutschland durch. 35 schwangere Frauen zwischen 24 und 37 Jahren (im Mittel 30,5 ± 3,2 Jahre) mit Rückenschmerzen nahmen teil. Eingeschlossen wurden Frauen zwischen der 16. und 30. Schwangerschaftswoche, die Beschwerden mussten seit mindestens einer Woche bestehen. Die Schmerzintensität auf der visuellen Analogskala (VAS) musste einen Mindestwert von 3 aufweisen. Durch externe Randomisierung wurden 17 Frauen der Interventionsgruppe und 18 der Kontrollgruppe zugewiesen. Die Patientinnen der Interventionsgruppe erhielten 4 individuelle befundorientierte osteopathische Behandlungen, basierend auf den osteopathischen Prinzipien, in 2-wöchigen Abständen. Nach der Geburt wurde ein Follow-up durchgeführt. Die Patientinnen der Kontrollgruppe erhielten nach einer 6-wöchigen unbehandelten „Wartezeit“ osteopathische Behandlungen. Primärer Zielparameter war Schmerzintensität (VAS) und Schmerzhäufigkeit (Likert Skala). Sekundär wurden Einschränkungen des täglichen Lebens (Roland Morris Disability Questionnaire, RMDQ) und osteopathische Dysfunktionen erfasst.

Ergebnisse: Der Intergruppenvergleich zeigte eine statistisch signifikante und klinisch relevante Verbesserung für den primären Zielparameter Schmerzintensität zugunsten der osteopathisch behandelten Gruppe (VAS: Differenz der Mittelwerte zwischen beiden Gruppen 3,2; 95%CI: 1,8 bis 4,5; $p < 0,005$). Während des Behandlungsverlaufs reduzierte sich die Schmerzintensität in der Interventionsgruppe um mehr als 60%. Die Häufigkeit des Auftretens des Schmerzes verringerte sich. Die Beeinträchtigung von Aktivitäten des täglichen Lebens durch den Rückenschmerz reduzierte sich in der Interventionsgruppe um 55%. Postnatal reduzierte sich die Schmerzhäufigkeit weiter. Die häufigsten osteopathischen Dysfunktionen fanden sich im viszeralem und parietalem System, bei fast allen Patientinnen der Interventionsgruppe konnte eine Dysfunktion im Bereich des Sakrums und des Beckenbodens diagnostiziert werden.

Schlussfolgerung: Vier osteopathische Behandlungen über einen Zeitraum von 8 Wochen führten zu statistisch signifikanten und klinisch relevanten positiven Veränderungen der Intensität und Häufigkeit von Rückenschmerzen schwangerer Frauen. Weitere Untersuchungen, insbesondere im Hinblick auf weitere für das Beschwerdebild des Rückenschmerzes schwangerer Frauen charakteristische Parameter wären wünschenswert.