**Osteopathische Behandlung von Frauen mit Beckengürtelschmerz post partum (PPGP).** Randomisierte kontrollierte Studie

*Jens Richterink, Anke Bruns*

**Studienziel:** Wie groß ist der Effekt einer osteopathischen Behandlung bei Frauen mit Beckengürtelschmerz postpartum?

**Studiendesign:** Randomisierte kontrollierte Studie.

**Methoden:** 2 an der Still Academy Osteopathie GmbH ausgebildete Osteopathen führten die Untersuchung in ihren privaten Praxen in Nordhorn und Rheine durch. Die Stichprobengröße basierte auf einer Fallzahlschätzung. 66 Patientinnen zwischen 23 und 40 Jahren (im Mittel 33 ± 3,5 Jahre), die sich im 3. bis 15. Monat postpartum befanden, wurden eingeschlossen. Der Beckengürtelschmerz musste seit mindestens 3 Monaten bestehen und in Verbindung mit der Schwangerschaft und/oder Entbindung aufgetreten sein. Durch externe Randomisierung wurden je 33 Patienten der Interventionsgruppe und der Kontrollgruppe zugeteilt. Die Patienten der Interventionsgruppe erhielten 4 individuelle befundorientierte osteopathische Behandlungen, basierend auf den osteopathischen Prinzipien, in zweiwöchigen Intervallen, mit Follow-up nach 12 Wochen. Alle Patientinnen konnten Therapien im Rahmen der allgemein üblichen Versorgung des postpartalen Beckengürtelschmerzes in Anspruch nehmen. Primärer Zielparameter war Schmerzintensität und -häufigkeit, erfasst über visuelle Analogskalen (VAS) bzw. einer Likert-Skala. Als sekundäre Zielparameter wurden die Auswirkungen der Schmerzen auf tägliche Aktivitäten (Pelvic Girdle Questionaire, PGQ) und die Häufigkeit der osteopathischen Dysfunktionen erfasst.

**Ergebnisse:** Der Intergruppenvergleich zeigte eine statistisch signifikante und klinisch relevante Verbesserung der durchschnittlichen und stärksten Schmerzintensität (VAS-durchschnittliche-Intensität: Differenz der Mittelwerte: 4,4; 95% CI: 3,6 bis 5,2; p<0,001; VAS-stärkste-Intensität: Differenz der Mittelwerte: 3,5; 95% CI: 2,6 bis 4,4; p<0,001) zugunsten der osteopathisch behandelten Gruppe. Die Häufigkeit des Auftretens der Schmerzen verringerte sich. In der Interventionsgruppe gaben 88% der Patientinnen zu Studienbeginn an, häufig oder ständig an Schmerzen zu leiden, nach Beendigung der Studie waren es nur noch 3%. Die Auswirkungen der Schmerzen auf tägliche Aktivitäten verringerte sich (PGQ: Differenz der Mittelwerte 27,4; 95% CI: 21,1 bis 33,6; p<0,001) zugunsten der osteopathisch behandelten Gruppe. Die Follow-up Erfassung in der Interventionsgruppe zeigte eine weitgehende Stabilität der erreichten Ergebnisse. Die häufigsten osteopathischen Dysfunktionen wurden in den Bereichen C0/C1, LWS, Becken, Beckenboden und Uterus diagnostiziert.

**Schlussfolgerung:** Vier osteopathische Behandlungen über einen Zeitraum von neun Wochen führten zu statistisch signifikanten und klinisch relevanten positiven Veränderungen der Schmerzintensität und Häufigkeit sowie der Auswirkungen der Schmerzen auf tägliche Aktivitäten bei Patientinnen, die unter postpartalem Beckengürtelschmerz leiden. Diese Ergebnisse stützen die Resultate früherer Untersuchungen (Recknagel & Roß, 2007; Belz, Brix & Menges, 2014; Schwerla et al., 2015) und deuten auf eine Reproduzierbarkeit hin.