

Nutzen von Craniosacral Therapie bei der Behandlung von Patienten mit unspezifischen Schmerzen im unteren Rücken. Preliminary report (2014)

Białoszewski D¹, Bebelski M², Lewandowska M¹, Słupik A¹

¹Division of Rehabilitation, Department of Physiotherapy, 2nd Medical Faculty, Warsaw Medical University, Poland

²Craniosacral Therapy Section, Polish Society of Manual Therapy in the Holistic Approach, Sierosław; "Calvamed" Private Physiotherapeutic Practice, Warsaw, Poland

Hintergrund:

Unspezifische Schmerzen im unteren Rücken gehören zu den weit verbreiteten muskuloskelettalen Beschwerden. Das Ziel dieser Untersuchung war es, die Wirksamkeit von Craniosacral Therapie (CST) bei der Behandlung von PatientInnen mit Überlastung der lumbosacralen Wirbelsäule zu prüfen und dies zu vergleichen mit der Wirksamkeit von Trigger Punkt Therapie (TPT), einem anerkannten therapeutischen Vorgehen.

Material und Methode:

Die Studie wurde mit 55 zufällig ausgewählten PatientInnen (24 - 47 Jahre alt) durchgeführt, die wegen Überlastung Schmerzen im unteren Rücken verspürten. Andere Ursachen für die Schmerzen wurden ausgeschlossen. Die Teilnehmenden wurden zufällig einer von zwei Gruppen zugeteilt. Die eine Gruppe wurde mit Craniosacral Therapie behandelt, die andere mit Trigger Punkt Therapie. Die Effizienz der beiden Therapien wurde untersucht mit einer analogen Schmerzskala VAS (Intensität), einem modifizierten Laitinen-Schmerzfragebogen (Intensität, Häufigkeit, Einschränkung der Aktivitäten) und dem Schober-Test (Beweglichkeit). Zusätzlich wurde die restliche elektrische Aktivität des Multifidus-Muskels gemessen. Die statistische Analyse der Ergebnisse stützte sich auf die Basisstatistik, den Mann-Whitney U-Test und den Wilcoxon-Vorzeichen-Rang-Test. Statistische Signifikanz wurde bei $p \leq 0.05$ festgelegt.

Resultat:

Beide Gruppen zeigten eine signifikante Reduktion der Schmerzen (VAS und Laitinen). Die verbliebene bioelektrische Aktivität des Multifidus-Muskels sank signifikant in der CST-Gruppe. Die Gruppen unterschieden sich in Bezug auf die untersuchten Parameter nicht signifikant.

Diskussion:

1. CST und TPT können Intensität und Häufigkeit unspezifischer Schmerzen im unteren Rücken verringern.

2. CST hat - im Gegensatz zu TPT - die restliche Spannung im Multifidus-Muskel reduziert.
3. CST und TPT können klinisch effizient sein bei der Behandlung von PatientInnen mit unspezifischen Schmerzen in der lumbosacralen Wirbelsäule.