

## **Vergleichende Studie über die Wirkung von Muskel-Energie-Technik, Craniosacral Therapie und sensomotorischem Training auf die Haltungskontrolle bei PatientInnen mit unspezifischen chronischen Schmerzen im unteren Rücken (2020)**

Ghasemi C, Amiri A, Sarrafzadeh J et al.

Department of Physiotherapy, Iran University of Medical Sciences, Tehran, Iran

### **Hintergrund**

Schlechte Ausrichtung in Rumpf und Wirbelsäule stört die Balance und vermindert die Fähigkeit, die Haltung zu kontrollieren. Sie gilt als eine der Hauptursachen für Rückenschmerzen, insbesondere unspezifische chronische Schmerzen (NSCLBP) im unteren Rücken. Ziel dieser Untersuchung war es, die Wirkung zu vergleichen von Muskel-Energie-Technik (MET), Craniosacral Therapie (CST) und sensomotorischem Training (SMT) in Bezug auf die Haltung.

### **Methode**

In dieser randomisierten klinischen Studie wurden je 15 NSCLBP-PatientInnen zufällig einer Gruppe zugeteilt. In 10 Sitzungen über 5 Wochen (2 Sitzungen pro Woche) wurden jeweils die Methoden MET, CST oder SMT angewendet. In 8 Positionen wurden Druckpunkte untersucht (stehend auf zwei oder einem Bein mit offenen oder geschlossenen Augen, halbe Hocke auf zwei oder einem Bein mit offenen oder geschlossenen Augen).

### **Ergebnis**

Alle drei Methoden halfen in Bezug auf die Haltungskontrolle bei PatientInnen mit NSCLBP. Allerdings hatte CST einen besseren Effekt auf die Balance im Stand auf einem Bein mit geschlossenen Augen. Auch hielt der Effekt von CST an, wie bei einer Nachuntersuchung zwei Monate später festgestellt wurde.