Schmerz lass nach

Erschienen am 18.05.2016

Neue Studie stützt Effizienz frühzeitiger Physiotherapie

Bei akuten Nacken- oder Rückenschmerzen hilft nur der Griff zur Medikamentenschachtel? Diese Auffassung könnte sich bald ändern. Eine aktuelle systematische Übersichtsarbeit ist ein wichtiger Meilenstein auf dem Weg zu der Erkenntnis, dass frühzeitige Physiotherapie bei akuten Beschwerden am Bewegungsapparat die bessere Alternative ist. Mit den neuen Forschungsergebnissen geht die Forderung nach einem Umdenken einher: Physiotherapeutischen Behandlungen den Vortritt vor ärztlichen Maßnahmen zu geben. Das würde den Schmerzmittelkonsum, Operationen und Kosten reduzieren. Ein direkter Zugang zum Physiotherapeuten könnte all das gewährleisten.

Enorme Kosten vermeidbar?
Beschwerden am Bewegungsapparat führen besonders in westlichen Industrienationen zu immensen Kosten. Der größte volkwirtschaftliche Schaden wird dabei durch Rückenschmerzen ausgelöst. Die damit einhergehenden, jährlich zunehmenden direkten Krankheitskosten von mehr als 8,3 Mrd. Euro pro Jahr sind gravierend. Diese Kosten werden in erster Linie durch bildgebende Verfahren, Rückenoperationen, Spritzen sowie durch die Verordnung von Schmerzmedikamenten ausgelöst. Zudem gehen mit solchen Maßnahmen Nebenwirkungen und Gefahren, wie OP-Komplikationen, einher. Dennoch raten aktuell gültige Versorgungsleitlinien bei Patienten mit akuten Rückenschmerzen von physiotherapeutischen Maßnahmen ab. Einen Grund hierfür stellt ein Mangel an Studien zu der Thematik dar.
Neue Studie fordert Umdenken
Licht ins Dunkel bringt erstmalig eine großangelegte systematische Übersichtsarbeit, die den gesamten Forschungsstand zusammenfasst. Wissenschaftler um Heidi Ojha von der University of Pennsylvania in Philadelphia untersuchten insgesamt 14 Studien, die bei Patienten mit Rücken- und Nackenschmerzen einen frühzeitigen, direkten physiotherapeutischen Behandlungsbeginn mit einer verspäteten Physiotherapie – wie in den Leitlinien empfohlen – verglichen. Die Ergebnisse sind eindeutig: Alle untersuchten Studien wiesen nach, dass ein rascher Beginn der Physiotherapie keinerlei nachteilige Effekte, wie Nebenwirkungen oder Schmerzen, für die Patienten hat, sondern im Gegenteil medizinische Maßnahmen verringert und damit Kosten spart.
Der Wissenschaft Rechnung tragen
Die Kombination aus zunehmenden Kosten, gefährlichen Nebenwirkungen und neuen wissenschaftlichen Erkenntnissen lassen den Ruf nach innovativen Behandlungsstrategien immer lauter werden. Der Bundesverband Selbstständiger Physiotherapeuten (IFK) setzt sich schon jetzt im Rahmen der aktuellen Neufassung der Nationalen Versorgungsleitlinie Kreuzschmerz für die Berücksichtigung der neuen Erkenntnisse ein. Dennoch werden weitere Studien folgen müssen, die den Effekt des Timings bei der Initiierung der Physiotherapie untersuchen, damit Versorgungsleitlinien nicht mehr umhin kommen, dieser Evidenz gänzlich Rechnung zu tragen.
In den USA ist dieser Ansatz bereits in der Versorgung angekommen. Dort werden akute Rückenschmerzpatienten teilweise in den ersten drei bis vier Tagen direkt vom Physiotherapeuten versorgt. Die Behandlungskosten halten sich im Rahmen, da 70 Prozent der Patienten nur eine einzige Sitzung beim Physiotherapeuten benötigen. Der Fokus liegt dabei auf aktiven Verhaltensstrategien, zu denen die Therapeuten die Patienten anleiten, damit sie erst gar keine negative Haltung gegenüber ihren Beschwerden entwickeln.
Direkter Zugang zum Physiotherapeuten lohnt sich
Um dem Anspruch eines raschen Behandlungsbeginns gerecht zu werden sowie das Gesundheitssystem von Kosten und die Versicherten von Schmerzen zu entlasten, ist der sogenannte Direktzugang der effizienteste Weg. Bei einem direkten Zugang zum Physiotherapeuten können sich Versicherte mit Rückenschmerzen ohne vorherigen Arztbesuch direkt an ihren Physiotherapeuten wenden. Dieser beurteilt zunächst, ob Physiotherapie die geeignete Behandlungsmethode darstellt. Falls ja, können gezielte Maßnahmen eingeleitet werden. Der Direktzugang zählt in vielen europäischen Ländern schon zur Regelversorgung. In Deutschland setzt sich der IFK seit Jahren für eine Einführung des Direktzugangs in der Physiotherapie ein.