

**Wie groß ist der Erfolg einer ganzheitlichen osteopathischen Behandlung bei Frauen mit persistierenden unspezifischen Rückenschmerzen post partum? Randomisierte kontrollierte Studie.**

*Sebastian Belz, Kirsten Brix, Andrea Menges*

**Studienziel:** Wie groß ist der Erfolg einer ganzheitlichen osteopathischen Behandlung bei Frauen mit persistierenden unspezifischen Rückenschmerzen post partum?

**Studiendesign:** Randomisierte kontrollierte Studie.

**Methoden:** Drei am College Sutherland ausgebildete Osteopathen führten die Studie in einer privaten Praxis in Wiesbaden, Deutschland, durch. An der Studie nahmen 60 Frauen zwischen 21 und 41 Jahren (im Mittel  $34 \pm 4,7$  Jahre) mit persistierenden unspezifischen Rückenschmerzen post partum teil. Die Beschwerden mussten seit mindestens 3 Monaten bestehen und mit der Schwangerschaft und/oder Entbindung aufgetreten sein. Durch externe Randomisierung wurden je 30 Patienten der Interventionsgruppe und der Kontrollgruppe zugeteilt. Die Patienten der Interventionsgruppe erhielten 5 individuelle befundorientierte osteopathische Behandlungen, basierend auf den osteopathischen Prinzipien, in zweiwöchigen Intervallen mit Follow-up nach 12 Wochen. Die Patienten der Kontrollgruppe wurden nach zehnwöchiger „Wartezeit“ osteopathisch behandelt. Primäre Zielparameter waren Schmerzintensität (visuelle Analogskala, VAS) und Schmerzhäufigkeit (Likert Skala). Als sekundäre Zielparameter wurden die Einschränkungen im täglichen Leben (Pelvic Girdle Pain Questionnaire, PGPQ) sowie die Häufigkeit von osteopathischen Dysfunktionen erfasst.

**Ergebnisse:** Der Intergruppenvergleich zeigte eine statistisch signifikante und klinisch relevante Verbesserung der „Schmerzintensität“ (Durchschnittliche Schmerzintensität: Differenz der Mittelwerte 3,8; 95% CI: 2,8 bis 4,7;  $p < 0,005$ ; Stärkste Schmerzintensität: Differenz der Mittelwerte 4; 95% CI: 2,8 bis 5,2;  $p < 0,005$ ) zugunsten der osteopathisch behandelten Gruppe. Die „Schmerzhäufigkeit“ verringerte sich. Die Einschränkungen im täglichen Leben reduzierten sich (PGPQ: Differenz der Mittelwerte 13,9; 95% CI: 6,7 bis 21;  $p < 0,005$ ) statistisch signifikant zugunsten der osteopathisch behandelten Gruppe. Die Follow-up Erfassung in der Interventionsgruppe zeigte eine weitgehende Stabilität der erreichten Ergebnisse. Die häufigsten osteopathischen Dysfunktionen wurden im Bereich des Diaphragmas und im kranio-sakralen System diagnostiziert, gefolgt von Dysfunktionen der oberen Halswirbelsäule und der Lendenwirbelsäule.

**Schlussfolgerung:** Fünf osteopathische Behandlungen über einen Zeitraum von zehn Wochen führten zu statistisch signifikanten und klinisch relevanten positiven Veränderungen der Schmerzintensität und der funktionellen Beeinträchtigung alltäglicher Verrichtungen infolge des Rückenschmerzes bei Frauen mit persistierenden unspezifischen Rückenschmerzen post partum. Diese Ergebnisse stützen die Resultate von zwei früheren Untersuchungen (Recknagel & Ross, 2007; Rother & Rother, 2012) und deuten auf eine Reproduzierbarkeit hin.