

# Effekt der Schmerzedukation bei chronischen Nackenschmerzen

## Ein systematisches Review

Tobias Hänggi und Vanessa Schenker, PHY 15

### Einleitung

- Nackenschmerzen sind die zweithäufigste muskuloskelettale Erkrankung in der Schweiz [1].
- Beschwerden äussern sich nicht nur durch Schmerzen oder funktionelle Einschränkungen, sondern haben auch Einfluss auf soziale und sozio-ökonomische Bereiche [2]
- Edukation gibt es in verschiedenen Formen, beispielsweise das Biopsychosoziale Modell, die Pain Neuroscience Education oder die Verhaltenstherapie [3].
- Es existiert kein aktuelles Review, welches die Edukation bei chronischen Nackenschmerzen untersucht.

### Fragestellung

Hat die Schmerzedukation einen Effekt bei chronischen Nackenschmerzen?

### Methodik

- **Einschlusskriterien:** RCT; Kohortenstudie; Pilotstudie; Edukationsintervention; Kontrollgruppe muss nicht zwingend vorhanden sein; Patientinnen, Patienten mit chronischen Nackenschmerzen  $\geq 3$  Monate;  $\geq 18$  Jahre
- **Ausschlusskriterien** Fibromyalgie, Frakturen, Radikulopathie, Tumore, Studien vor 2006 publiziert
- **Untersuchte Outcomes:** Funktionelle Einschränkung: Neck Disability Index (NDI), Northwick Park Questionnaire (NPQ); Schmerzempfindung: Visual Analog Scale (VAS), Numeric Rating Scale (NRS)
- **Suchstrategie:** verschiedene Datenbanken von Dez. 17 bis Feb. 18
- **Analyse:** Bias-Bewertung mittels modifiziertem GATE-Frame [4]. Evidenzlevel und Grade of Recommendation vom Oxford Centre for Evidence-Based Medicine [5]

### Resultate

- 7 Studien wurden eingeschlossen.
- 5 Studien sind mit hohem Bias-Risiko bewertet worden, 1 mit moderatem und 1 mit niedrigem Bias-Risiko.

Tabelle 1: Schlechte Vergleichbarkeit der Studien

Mt. = Monate; NaSz = Nackenschmerzen; Std. = Stunden; W. = Wochen; Min. = Minuten

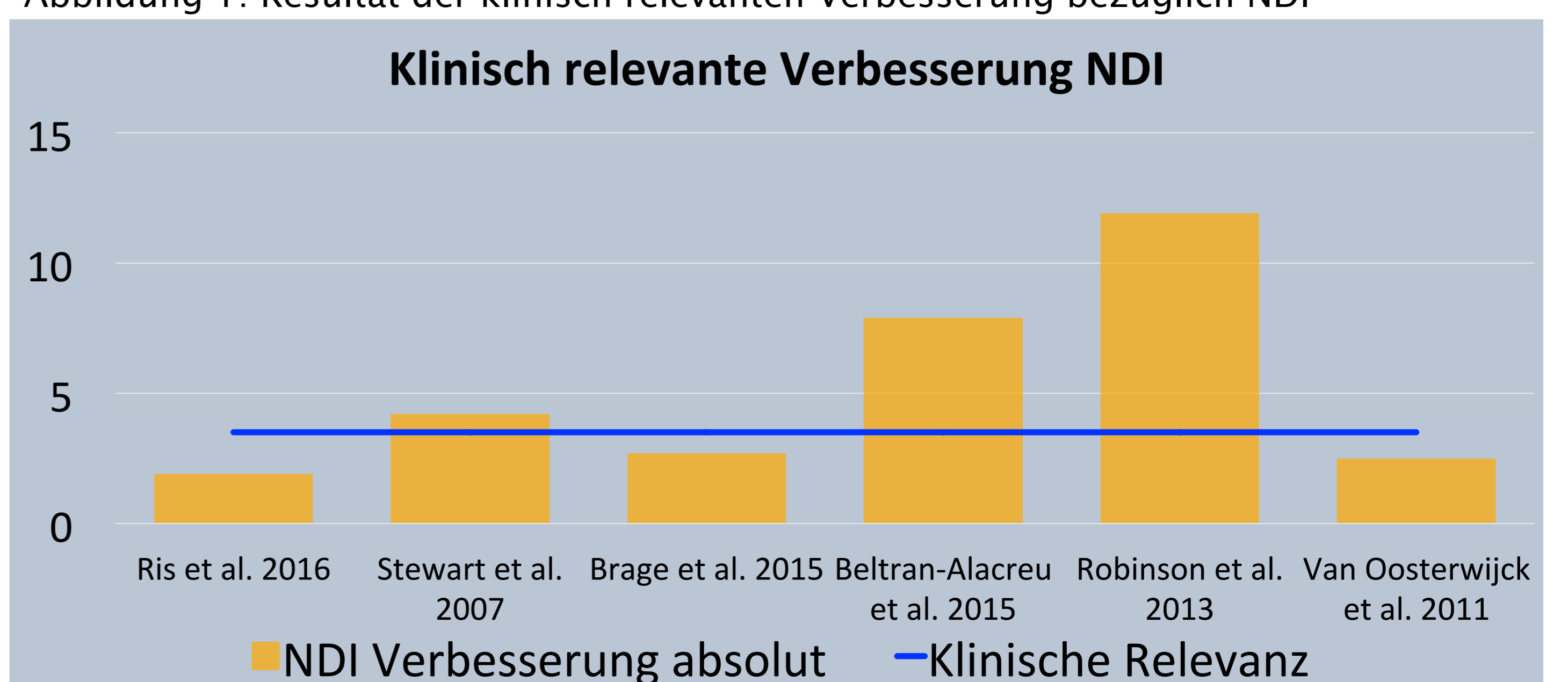
Studie (Szenario)	Rekrutierungszeitpunkt	Behandlungsdauer Edukation	Zeitpunkt Outcome-Messung NDI/NPQ
Ris et al. 2016 (1)	6 Mt. NaSz	4 Sitzungen à 1.5 Std. 1x/Mt.	0, 4 Mt.
Stewart et al. 2007 (1)	3-12 Mt. seit Unfall	1x Gespräch, dann 2x per Telefon	0, 6 W. 12 Mt.
Brage et al. 2015 (1)	> 6 Mt. NaSz	4 Sitzungen à 1.5 Std. 1x/Mt.	0, 8 W.
Beltran-Alacreu et al. 2015 (2)	> 12 W. NaSz	2 Sitzungen à je 20 Min.	0, 4, 8, 16 W.
Thompson et al. 2016 (2)	> 3 Mt. NaSz	4 wöchentliche Sitzungen à 90 Min.	0, 6 Mt.
Robinson et al. 2013 (3)	Unfall seit 2 Mt, Rekrutierung dann 3 Mt. NaSz	3 Sitzungen	0, 10 Tage nach Abschluss Behandlung
Van Oosterwijck et al. 2011 (3)	chronische NaSz	2 Sitzungen	6 Messungen über 6 W.

Da die Studien zu heterogen sind, wurden sie in drei Szenarien unterteilt, um Vergleiche anstellen zu können.

Tabelle 2: Untersuchte Szenarien der ausgewählten Studien  
n = Anzahl Studien

Szenarien	n	Intervention	Kontrollintervention
1.	3	Edukation als Stand-alone Therapie	Edukation in Kombination mit anderen Interventionen
2.	2	Edukation in Kombination mit anderen Interventionen	Intervention ohne Edukationsanteil
3.	2	Edukation als Stand-alone Therapie	Keine Kontrollgruppe

Abbildung 1: Resultat der klinisch relevanten Verbesserung bezüglich NDI



Schmerzempfindung (NRS, VAS)

- Keine der 3 Studien, welche die Schmerzempfindung untersuchte, konnte einen klinisch relevanten Effekt nachweisen.

### Diskussion

- Es wurde nur eine geringe Anzahl passender Studien zur Beantwortung der Fragestellung gefunden.
- Viele qualitativ schlechte Studien
- Geringe Vergleichbarkeit der Studien, da Interventionen, Rekrutierungszeitpunkte, Behandlungsdauer und Zeitpunkt der Outcome-Messungen variieren
- Keine Standardisierung bezüglich Inhalte der Edukation vorhanden

### Schlussfolgerung

Es konnte keine eindeutige Evidenz gefunden werden, die die Edukation als Stand-alone Therapie bei chronischen Nackenschmerzen legitimiert. Am ehesten konnten Effekte für die Edukation in Kombination mit anderen Interventionen gefunden werden. Eine Praxisempfehlung bezüglich der Edukation bei Nackenschmerzen kann nicht eindeutig abgegeben werden.

### Literaturangaben

- [1] Gesundheitsstatistik 2014 | Publikation
- [2] Fejer et al. (2008). *European Spine Journal*
- [3] Geneen et al. (2015). *Systematic Reviews*
- [4] Jackson (2006). *Evidence-Based Nursing*
- [5] Oxford Centre for Evidence-based Medicine - Levels of Evidence (2009)

### Eingeschlossene Studien

- Beltran-Alacreu et al. (2015). *American Journal of Physical Medicine & Rehabilitation*  
Brage et al. (2015). *Manual Therapy*  
Ris et al. (2016). *Manual Therapy*  
Robinson et al. (2013). *Pain*  
Stewart et al. (2007). *Pain*  
Thompson et al. (2016). *Physiotherapy*  
Van Oosterwijck et al. (2011). *Journal of Rehabilitation Research and Development*