FPZ Studie: Berücksichtigung des Schmerzalters erleichtert die Erfolgsprognose einer Rückentherapie

Eine brandneue FPZ Studie zeigt jetzt, dass das Schmerzalter\* zur Prognose für den Therapieerfolg bei Rücken- und Nackenschmerz durchaus herangezogen werden sollte.

Insgesamt wurden für die Untersuchung 29.362 Patientendatensätze aus den bundesweit verteilten FPZ Rückenzentren nachträglich ausgewertet. Alle Probanden hatten 24 Therapieeinheiten absolviert. Der Untersuchungszeitraum reicht von 2010 bis 2016. Die Wissenschaftler teilten die Patienten dazu in zwei Gruppen ein:

* Patienten mit einem hohen Schmerzalter (Erklärung siehe unten\*)
* Patienten mit niedrigem Schmerzalter (Rest).

Das Ergebnis (Auszug): Sowohl für Patienten mit Nacken- als auch mit Rückenbeschwerden zeigt sich, dass die Wahrscheinlichkeit, beschwerdefrei zu werden, in der Gruppe mit geringerem Schmerzalter deutlich höher ist. Allerdings zeigt die Studie auch, dass die Möglichkeit, die wirbelsäulenstabilisierende Muskulatur zu trainieren auch für Patienten gegeben bleibt, die der Gruppe „Hohes Schmerzalter“ angehören. Es ist also egal, wie lange die Beschwerden bestehen, die FPZ Therapie zeigt in allen Fällen die bekannten positiven Effekte.

Auf der anderen Seite zeigen die Ergebnisse, dass die Schmerzproblematik bei länger andauernden Beschwerden steigt und durch die FPZ Therapie schwieriger in den Griff zu bekommen ist. Der Schmerz verfestigt und vertieft sich mit anhaltenden Beschwerden, was sich bei Patienten mit mindestens einem Viertel Lebenszeit mit Schmerzen besonders bemerkbar macht. Auf alle Fälle helfen die Erkenntnisse nach Einschätzung der Autoren der Studie (Dr. Frank Schifferdecker-Hoch, Michael Wehrhahn, Dr. Michael Hollmann) dem behandelnden Therapeuten, seinen Patienten genauer einschätzen zu können und ihm eine realistische Zielsetzung für die Therapie im Aufbauprogramm zu vermitteln.

Außerdem helfen die Erkenntnisse zum Schmerzalter, den Patienten im Verlauf der Therapie zu motivieren. Vor allem Patienten mit längerer Schmerzgeschichte wertschätzen schon kleinste Verbesserungen. Aufgrund dieser Ergebnisse erscheint es den Experten medizinisch sinnvoll, schon frühzeitig zu intervenieren und eine geeignete Therapiemaßnahme durchzuführen, bevor der Patient eine Beschwerdedauer von einem Viertel seiner Lebenszeit überschreitet.

Allgemeiner Gedankenanstoß: Die frühe Intervention ist im aktuellen Finanzierungsmodell des deutschen Gesundheitssystems nicht vorgesehen. Hier ist eher eine spätere Behandlung gängig, die sich an chronifizierten Patienten orientiert.

\*Das Schmerzalter drückt den Anteil der Zeit mit Rücken-/Nackenschmerzen in Bezug zum Lebensalter aus. Übersteigt das Schmerzalter ein Viertel des Lebensalters, hat der Patient gemäß früherer Beobachtungen geringere Aussichten auf eine Schmerzfreiheit durch die Therapie und man spricht von hohem Schmerzalter. Die Schmerzdauer ist generell ein wichtiger Teil in der Bewertung von Schmerzpatienten und wird auch in Fragebögen wie dem MPSS (Mainzer Stadienmodell der Schmerz-Chronifizierung) einbezogen. Auch in den Analysen zur FPZ Therapie wird die bisherige Schmerzdauer, als Schmerzalter ausgedrückt, abgefragt und zur Bewertung des Patienten genutzt.