**Gegen Rückenschmerzen ohne Medikamente**

Neue Richtlinien des „American College of Physicians“ empfehlen, bei Rückenschmerzen zuerst natürliche und alternative Therapiemethoden auszuprobieren, anstelle die Schmerzen direkt medikamentös zu behandeln.   
  
Dies gilt sowohl für Patienten mit akuten Schmerzen als auch für chronische Schmerzen im LWS-Bereich. Drei Empfehlungen spricht das College aus, in denen Maßnahmen wie Wärme, Massage und Bewegungsübungen befürwortet werden und nur in Ausnahmefällen eine medikamentöse Behandlung.

Empfehlungen, die auch für die FPZ Therapie sprechen. Mit ihrem konservativen Ansatz und gezielter angeleiteter Bewegung greift die FPZ Therapie die empfohlenen Maßnahmen auf.

**Mehr Informationen zur neuen Richtlinie finden Sie unter** [**https://www.acponline.org/acp-newsroom/american-college-of-physicians-issues-guideline-for-treating-nonradicular-low-back-pain**](https://www.acponline.org/acp-newsroom/american-college-of-physicians-issues-guideline-for-treating-nonradicular-low-back-pain)**.**