

Starksolebad-Therapie bei Wirbelsäulenbeschwerden – eine prospektive randomisierte kontrollierte Studie

Dr. med. Johannes Schauwecker

Das Starksolebad, auch „Floating“ genannt, findet zunehmende Verbreitung im Bereich der medizinischen Rehabilitation. Zahlreiche Studien weisen Therapieerfolge bei psychologischen und psychosomatischen Erkrankungen nach. Für orthopädische Krankheitsbilder liegen bislang keine Daten vor. Daher soll die vorliegende prospektive randomisierte kontrollierte Studie zeigen, ob die Starksolebad-Therapie bezüglich der Zielkriterien Schmerzlinderung, Reduktion des paravertebralen Muskeltonus, sowie Verminderung der Einschränkungen im Berufs- und Privatleben gleichwertig ist zu einer anerkannten Behandlung mit Manueller Therapie und Wärmetherapie.

Zwischen September 2011 und August 2012 wurden 40 Patienten mit Wirbelsäulenbeschwerden randomisiert. Ausschlusskriterien waren neurologische Ausfälle, direkt vorangegangenes Trauma sowie ein chronisches Schmerzsyndrom. Je 20 Patienten erhielten eine dreimalige Behandlung á 50 Minuten Starksolebad (Verumgruppe) oder Manuelle Therapie und Fango. Die Therapie wurde spätestens 72 h nach Erstuntersuchung begonnen und im Abstand von je 3 Tagen durchgeführt. Die Nachuntersuchung fand spätestens 72 h nach der letzten Therapieeinheit statt. Die Datenerhebung erfolgte mittels standardisiertem Fragebogen und klinischer Untersuchung durch einen einzigen Untersucher. Die

**Klinikum rechts der Isar
Anstalt des öffentlichen Rechts**

Klinik für Orthopädie
und Sportorthopädie
**Direktor: Univ.-Prof. Dr. R. von
Eisenhart-Rothe**

Ismaninger Straße 22
81675 München
E-Mail: orthoinfo@lrz.tum.de
Tel: (089) 41 40 - 2271
Fax: (089) 41 40 - 4849

Vorstand:
Univ.-Prof. Dr. Reiner Gradinger
(Ärztlicher Direktor, Vorsitzender)
Markus Zendler
(Kaufmännischer Direktor)
Anette Thoke-Colberg
(Pflegedirektorin)
Univ.-Prof. Dr. P. Henningsen
(Dekan)

Bankverbindung:
Bayer. Landesbank Girozentrale
Kto-Nr. 20 272
BLZ 700 500 00

statistische Auswertung erfolgte mittels Student's t-Test, Wilcoxon Vorzeichen Rang Test, Chi²-Test, Man Whitney U Test sowie Levene-Test der Varianzgleichheit. Als Signifikanzniveau wurde $p \leq 0,05$ gewählt.

Es konnten 40 Patienten nachuntersucht werden (Follow-up Rate 100%). Das Durchschnittsalter war in der Verumgruppe 32,7 (23-56) Jahre und in der Kontrollgruppe 36,0 (23-71) Jahre. Nach erfolgter Therapie wiesen alle untersuchten Zielkriterien in beiden Gruppen eine statistisch signifikante Verbesserung auf. Die Schmerzeinschätzung mittels Visueller Analogskala sank von 6,6 auf 2,9 (Verumgruppe) und von 6,1 auf 3,2 (Kontrollgruppe). Der paravertebrale Muskeltonus wurde vor Therapie bei 82% (Verumgruppe) bzw. 94% (Kontrollgruppe) mit Grad 2 oder 3 gemessen. Nach Therapie fand sich ein paravertebraler Muskeltonus bei 38% Grad 2 und 62% Grad 0-1 (Verumgruppe) bzw. 48% Grad 2 und 52% Grad 0-1 (Kontrollgruppe).

Die beruflichen Einschränkungen wurden vor Therapie von 90% (Verumgruppe) bzw. 94% (Kontrollgruppe) der Patienten als mäßig oder schwerwiegend angegeben. Nach Therapie bestanden bei 76% (Verumgruppe) bzw. 50% (Kontrollgruppe) keine Einschränkungen mehr.

Einschränkungen im Privatleben wurden vor Therapie von 80% (Verumgruppe) bzw. 86% (Kontrollgruppe) der Patienten als mäßig oder schwerwiegend angegeben. Nach Therapie bestanden bei 54% (Verumgruppe) bzw. 84% (Kontrollgruppe) keine Einschränkungen mehr.

Die vorliegende Studie mit einem Evidence Based Medicine Level 1b zeigt erstmals, dass die Therapie von Wirbelsäulenbeschwerden mittels Starksolebad eine signifikante Beschwerde- und Befundbesserung bewirkt und gegenüber der anerkannten Therapie mit Manueller Therapie und Wärmerotherapie gleichwertig ist. Anhand



Klinikum rechts der Isar



Technische Universität München

der vorliegenden Daten kann der medizinische Einsatz von Starksoblebädern bei Wirbelsäulenbeschwerden empfohlen werden.

Kontakt:

Dr. Johannes Schauwecker
Klinik für Orthopaedie und Sportorthopaedie
Technische Universitaet Muenchen
Ismaninger Str. 22
D-81675 Muenchen, Germany
E-mail: j.schauwecker@tum.de