

ThemenCheck Medizin



HTA kompakt: Das Wichtigste verständlich erklärt

Halswirbelsäulensyndrom

Wie lange und wie oft sollte Physiotherapie stattfinden, um optimal zu helfen?

HTA-Nummer: HT18-02
Version: 1.1
Stand: 02.03.2022

Impressum

Herausgeber

Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Thema

Halswirbelsäulensyndrom: Einfluss von Behandlungsdauer und -häufigkeiten einer Physiotherapie auf den Behandlungserfolg

HTA-Nummer

HT18-02

Anschrift des Herausgebers

Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen

Im Mediapark 8

50670 Köln

Tel.: +49 221 35685-0

Fax: +49 221 35685-1

E-Mail: themencheck@iqwig.de

www.iqwig.de

Halswirbelsäulensyndrom: Wie lange und wie oft sollte Physiotherapie stattfinden, um optimal zu helfen?

Sind Sie von einem Halswirbelsäulensyndrom (HWS-Syndrom) betroffen, kann Ihnen Ihre Ärztin oder Ihr Arzt Physiotherapie verordnen. Diese kann Ihre Beschwerden lindern und soll Problemen auch dauerhaft entgegenwirken. In Studien gibt es Hinweise, dass verschiedene Varianten einer Physiotherapie helfen können. Allerdings ist unklar, wie lang die Therapieeinheiten sein müssen oder wie häufig sie stattfinden sollen, um optimal zu helfen.

Welche Frage wird im HTA-Bericht untersucht?

Internationale medizinische Leitlinien empfehlen eine physiotherapeutische Behandlung beim HWS-Syndrom. Dabei kommen je nach vermuteter Ursache der Beschwerden verschiedene Formen der Physiotherapie infrage. In Deutschland darf eine Physiotherapie bei einer konkreten Diagnose grundsätzlich nur auf eine ärztliche Verordnung hin erfolgen. Die behandelnden Therapeutinnen oder Therapeuten sind bislang an die Angaben zur Häufigkeit und Frequenz, wie sie von der Ärztin oder vom Arzt verordnet wurden, gebunden. Mit der neuen Heilmittel-Richtlinie, die am 01. Oktober 2020 in Kraft treten wird, sollen Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten für ausgewählte Diagnosen selber über die Art der Therapiemaßnahmen sowie über die Häufigkeit und Frequenz der Durchführung einer Physiotherapie entscheiden können. Bei welchen Diagnosen das möglich werden wird, verhandeln die Verbände aktuell noch.

In einer Gesundheitstechnologiebewertung (Health Technology Assessment [HTA]) wurde im Auftrag des Instituts für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) untersucht, ob für eine bestimmte Dauer, Häufigkeit oder Frequenz (im Folgenden unter „Dosis“ zusammengefasst) der Physiotherapie beim HWS-Syndrom im Vergleich zu einer alternativen Dosis derselben Physiotherapie eine bessere Wirkung nachgewiesen ist. Dafür wurden sogenannte patientenrelevante Endpunkte betrachtet, also ob sich zum Beispiel Schmerzen, Beschwerden oder Probleme bei Alltagsaktivitäten durch eine alternative Dosis der Therapieeinheiten besserten. Außerdem wurden ethische, soziale, ökonomische, rechtliche und organisatorische Fragen berücksichtigt.

Warum ist das Thema wichtig?

Die Beschwerden des HWS-Syndroms sind in der Bevölkerung weit verbreitet. In Europa sind Schätzungen zufolge jährlich 26 % der Erwachsenen von Nackenschmerzen betroffen, dabei Frauen häufiger im Vergleich zu Männern. Zu der Sammeldiagnose HWS-Syndrom gehören eine Reihe von Beschwerden im Schulter-Nacken-Bereich, die unterschiedliche Ursachen haben können. Sie können von den Wirbelsäulengelenken, Muskeln oder Faszien ausgehen oder auf eine Nervenreizung in diesem Bereich zurückzuführen sein. In der Folge können sich

verschiedene Beschwerden einstellen wie Kopfschmerzen, Bewegungseinschränkungen der Halswirbelsäule, Kieferschmerzen oder ausstrahlende Schmerzen in den Schulter-Arm-Bereich, Schwindel, Ohrgeräusche oder gar Sehbeeinträchtigungen. In manchen Fällen entstehen auch Missempfindungen (Taubheit, Kribbeln) im Schulter-Arm-Bereich oder bemerken Betroffene sogar, dass sie in einem Arm weniger Kraft haben. Bei manchen Menschen sind die Beschwerden dauerhaft anwesend oder so stark, dass es sie im täglichen Leben einschränkt.

Abhängig von der Ursache kann das HWS-Syndrom mit Physiotherapie und Medikamenten oder auch operativ behandelt werden. Auf einer ärztlichen Verordnung für Physiotherapie können verschiedene Maßnahmen festgelegt sein wie die Manuelle Therapie, (gerätegestützte) Krankengymnastik, aber auch Wärmeanwendungen oder Elektrotherapie. Außerdem sind aktuell auf der Verordnung auch Frequenz und Anzahl der Behandlungen angegeben. Für die Dauer einer einzelnen Therapieeinheit gibt es nur Richtwerte, beispielsweise 15 bis 25 Minuten für allgemeine Krankengymnastik. Die Anzahl an Therapieeinheiten, die verordnet werden können, ist abhängig vom Schweregrad und im Regelfall auf insgesamt 6 Einheiten für Wirbelsäulenerkrankungen mit prognostisch kurzzeitigem Behandlungsbedarf und auf 18 Einheiten für Wirbelsäulenerkrankungen mit prognostisch länger dauerndem Behandlungsbedarf begrenzt.

In diesem HTA-Bericht wurde der aktuellen Frage aus der Bevölkerung nachgegangen, wie lange, wie oft und mit welchen Abständen Physiotherapie stattfinden sollte, um beim HWS-Syndrom optimal helfen und gegebenenfalls sogar Operationen vermeiden zu können.

Was ist ein HTA-Bericht?

Ein HTA ist eine systematische Bewertung einer medizinischen Maßnahme etwa einer Untersuchungs- oder Behandlungsmethode. Diese Beurteilung erfolgt unter Berücksichtigung des medizinischen Nutzens, der mit der Maßnahme verbundenen Kosten sowie ethischer, sozialer, rechtlicher und organisatorischer Aspekte. Der HTA-Bericht unterstützt damit die evidenzbasierte Entscheidungsfindung in der gesundheitlichen Versorgung. „Evidenzbasiert“ bedeutet dabei, dass sich die Entscheidung „auf wissenschaftliche Beweise stützt“. Warum das überhaupt etwas Besonderes ist, was die evidenzbasierte Medizin ausmacht und was Patientinnen und Patienten davon haben, erfahren Sie auf der Website gesundheitsinformation.de des IQWiG.

Wie für HTA-Berichte üblich, hat das wissenschaftliche Team für diesen HTA umfassend und systematisch nach aussagekräftigen nationalen und internationalen Studien zur Dosis der Physiotherapie beim HWS-Syndrom recherchiert. Es wurde auch nach Studien gesucht, die den Nutzen der medizinischen Maßnahmen ins Verhältnis zu den Kosten setzen (man spricht hier von „Kostenwirksamkeit“). Für die Klärung ethischer, sozialer, rechtlicher und

organisatorischer Aspekte wurden verschiedene Informationsquellen durchsucht und ausgewertet sowie die Erfahrungen von Betroffenen berücksichtigt.

Was sind die wichtigsten Ergebnisse des HTA-Berichts?

Im vorliegenden HTA-Bericht wurden die Ergebnisse von 3 Studien zu unterschiedlichen Dosen physiotherapeutischer Maßnahmen und zu ihrer Wirkung auf Schmerzen, Beschwerden und Probleme bei alltäglichen Aktivitäten sowie Stress berücksichtigt. Die Patientinnen und Patienten der untersuchten Studien hatten chronische Nackenschmerzen oder chronische Kopfschmerzen, deren Ursache auf die Nackenregion zurück zu führen war. Es konnten keine Studien zu akuten Beschwerden durch das HWS-Syndrom gefunden werden. Die betrachteten Maßnahmen waren dabei sehr unterschiedlich und reichten von Massage (auch in Kombination mit Wärmetherapie) über eine Gruppentherapie im Bewegungsbad. Während die Studien grundsätzlich einen Nutzen dieser Maßnahmen zeigen, ist der Einfluss einer unterschiedlichen Dosis auf den Therapieerfolg beim HWS-Syndrom unklar.

Bisher fehlen qualitativ hochwertige und ausreichend lang durchgeführte Studien zum Vergleich unterschiedlicher Dosen physiotherapeutischer Maßnahmen, die beim HWS-Syndrom in der Praxis in Deutschland gängiger sind. Das sind insbesondere Maßnahmen, die als „Krankengymnastik“ oder „Manuelle Therapie“ verordnet werden. Schließlich wird beim HWS-Syndrom in der Regel eine Kombination aus aktiven und passiven Maßnahmen sowie Schulung über Körperhaltung, Verhalten und Bewegung empfohlen. Zu den aktiven Maßnahmen können Übungen zu Hause und Trainingseinheiten an Geräten gehören, um die Muskelfunktion zu verbessern. Unter passiven Maßnahmen werden zum Beispiel Mobilisationstechniken der Manuellen Therapie verstanden, die angewendet werden, wenn Gelenke in ihrer Bewegung eingeschränkt sind.

Die Kosten für die verschiedenen physiotherapeutischen Maßnahmen sind unterschiedlich, werden aber von der gesetzlichen Krankenversicherung übernommen. Patientinnen und Patienten, die gesetzlich krankenversichert sind, zahlen 10 € pro Rezept plus 10 % der Gesamtkosten dazu, sofern sie nicht von der Zuzahlung befreit sind. Wenn es darum geht, die optimale Dosis einer Physiotherapie beim HWS-Syndrom zu bestimmen, muss auch berücksichtigt werden, dass jede Patientin beziehungsweise jeder Patient mit einem HWS-Syndrom einen anderen Bedarf an Physiotherapie hat. Der Schweregrad, die Symptome und Ursachen sind von Mensch zu Mensch verschieden. Somit sind die passende Dauer der Therapieeinheit, Häufigkeit und Frequenz individuell unterschiedlich.

Was bedeuten die Ergebnisse?

Es ist unklar, welche Dosis einer Physiotherapie beim HWS-Syndrom am besten hilft, um Schmerzen, Beschwerden und Probleme bei alltäglichen Aktivitäten sowie Stress zu verringern. Bisher fehlt es an weiteren qualitativ hochwertigen Studien, welche

unterschiedliche Dosen der beim HWS-Syndrom gängigen physiotherapeutischen Maßnahmen über einen ausreichend langen Zeitraum vergleichen und auch andere patientenrelevante Endpunkte wie die gesundheitsbezogene Lebensqualität untersuchen.

Quellen

Link zum ausführlichen HTA-Bericht:

https://www.iqwig.de/download/ht18-02-halswirbelsaeulensyndrom_hta-bericht.pdf?rev=187604

Weitere Informationen über Nackenschmerzen finden Sie hier:

<https://www.gesundheitsinformation.de/nackenschmerzen.2374.de.html>

Gegenüber der Version 1.0 wurde in der Version 1.1 der Link auf den ausführlichen HTA-Bericht aktualisiert.