

Physiotherapie bei Coxarthrose ohne überzeugende Wirkung

Zusammengefasst und kommentiert von Peter Koller

r -- Bennell KL, Egerton T, Martin J et al. Effect of physical therapy on pain and function in patients with hip osteoarthritis: a randomized clinical trial. JAMA 2014 (21. Mai); 311: 1987-97

[\[LINK\]](#)

Mit dieser randomisierten Studie sollte geprüft werden, ob für die Behandlung einer Coxarthrose eine multimodale Physiotherapie während zwölf Wochen einer Placebobehandlung bezüglich Schmerzlinderung und Funktionsverbesserung überlegen ist. Untersucht wurden Personen ab 50 Jahren mit einer klinisch und radiologisch nachgewiesenen Coxarthrose, die während mindestens drei Monaten Schmerzen, die in der Woche vor der Aufnahme eine Intensität von mindestens 40 von 100 mm auf einer visuell analogen Skala (VAS) erreichten, und mässige Schwierigkeiten in den täglichen Aktivitäten hatten. Die Intervention bestand aus zehn Physiotherapiesitzungen während zwölf Wochen, in denen manuelle Techniken (z.B. Manipulationen, Muskelstretching) angewendet und Übungen instruiert wurden. Diese Übungen sollten in den folgenden sechs Monaten zu Hause selbständig dreimal pro Woche durchgeführt werden. Die Personen der Placebogruppe wurden zehnmal mit inaktivem Ultraschall und einem inerten Gel behandelt und mussten sich danach während sechs Monaten dreimal pro Woche ein inertes Gel einreiben. Die auf einer VAS angegebenen Schmerzen und die mit dem «Western Ontario and McMaster Universities Osteoarthritis Index» gemessene Gelenkfunktion (0 – 68 Punkte) bildeten den primären Endpunkt.

Von 102 in die Studie aufgenommenen Personen konnten 96 nach zwölf und 83 nach 36 Wochen beurteilt werden. Die Schmerzen und die Gelenkfunktion verbesserten sich in beiden Gruppen, die Unterschiede zwischen beiden Gruppen waren aber nicht statistisch signifikant. In der aktiven Gruppe gingen die Schmerzen nach zwölf Wochen auf der VAS von 59 mm auf 40 mm, in der Placebogruppe von 58 mm auf 35 mm zurück, der Score für die Gelenkdysfunktion verbesserte sich in der aktiven Gruppe von 32 auf 28, in der Placebogruppe von 32 auf 26. Nach 36 Wochen waren die Unterschiede noch geringer als nach 12 Wochen.

In diese Studie wurden Personen mit einer relativ fortgeschrittenen Coxarthrose aufgenommen. Sie hatten täglich erhebliche Schmerzen, durchschnittlich 58 von 100 mm auf einer VAS. Viele von ihnen würden wohl vorübergehend mit Analgetika behandelt und bald zum operativen Gelenkersatz angemeldet. Aufgrund dieser Studie hilft hier eine Physiotherapie nichts, ausser vielleicht wie in anderen Situationen die persönliche Beziehung zum Therapeuten. Bei leichteren Arthrosen hilft wohl Bewegung des Gelenks ohne grosse Belastung. Ich empfehle deshalb allen Patientinnen und Patienten das Velofahren. Hier kann eine kurze Physiotherapie zur Instruktion von Übungen zum Muskelaufbau und zur Erhaltung der Beweglichkeit hilfreich sein. Eine multimodale Therapie ist aber nicht notwendig, wie diese Studie gezeigt hat.