

auch nach Abschluss der Behandlung an, Gruppeninterventionen waren insgesamt erfolgreicher als Einzelinterventionen.

Der Vorteil von Gruppeninterventionen bei älteren Patienten dürfte vor allem auf der Unterstützung durch ebenfalls Betroffene, der sozialen Interaktion und der Verpflichtung zu gemeinsamen Behandlungszielen beruhen, diskutieren die Autoren. Allerdings

sollten die durchschnittlichen Werte nicht darüber hinwegtäuschen, dass die Verhaltenstherapie für einige Patienten hervorragend, für andere ältere Herrschaften dagegen überhaupt nicht geeignet ist.

**Fazit:** KVT-basierte psychologische Intervention bei über 60-jährigen Patienten mit chronischen Schmerzen haben einen signifikanten, wenngleich in der

Metaanalyse insgesamt nur kleinen Effekt auf Schmerzstärke, Katastrophisieren und Selbstwirksamkeit. Gruppen-sitzungen erwiesen sich dabei im Vergleich zu Einzeltherapien als erfolgreicher.

*Dr. Barbara Kreutzkamp*

Niknejad B et al. Association between psychological interventions and chronic pain outcomes in older adults. a systematic review and meta-analysis. JAMA Intern Med 2018; 1;178:830-9

## Akupunktur gegen chronische Schmerzen: Metaanalyse bestätigt Therapieeffekte

Die Akupunktur in der Behandlung von chronischen Schmerzen ist immer noch umstritten – zu dubios erscheint manchen das zugrunde liegende Konzept. Eine aktuelle Metaanalyse dokumentiert nun aber erneut den Effekt der nadelgesteuerten Qi-Harmonisierung.

Die Behandlung chronischer Schmerzen mittels Akupunktur ist ein bewährtes Verfahren, das sich vor allem auf die traditionelle chinesische Medizin und ihr Qi-Konzept beruft. Kurzfristige Effekte in der Schmerztherapie sind mittlerweile weitgehend anerkannt, Langzeiteffekte wurden allerdings im-

mer noch angezweifelt. Eine Metaanalyse mit individuellen Patientendaten untersuchte die Wirksamkeit der Akupunktur speziell bei chronischen Schmerzen.

Einbezogen waren randomisierte klinische Studien bei Patienten mit chronischen muskuloskelettalen Schmerzen,

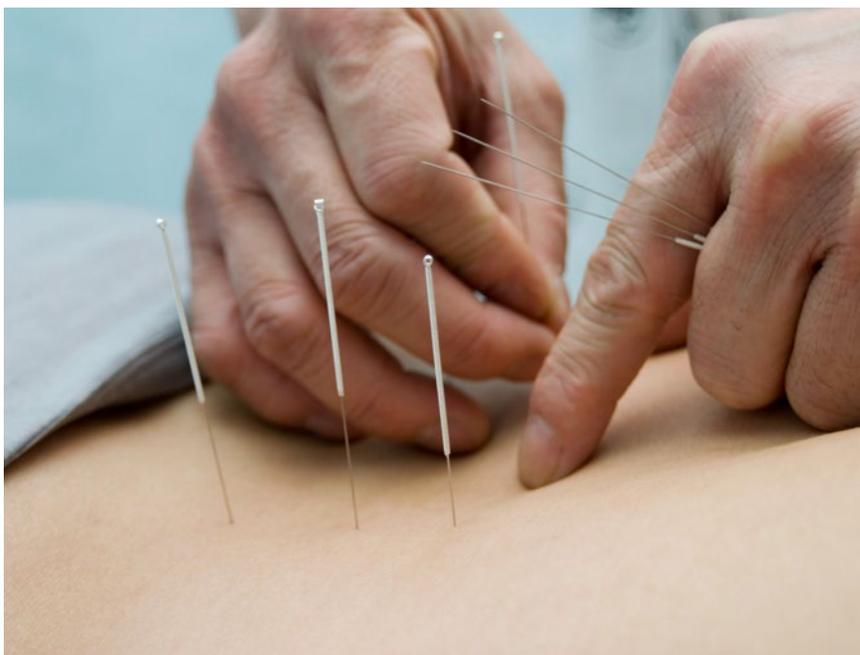
chronischen Kopf- beziehungsweise Schulterschmerzen oder chronischen Schmerzen im Rahmen einer Osteoporose. Die Interventionsgruppen erhielten eine Akupunktur, die Kontrollgruppen eine Scheinakupunktur oder eine standardisierte Schmerzbehandlung ohne Akupunktur. Hauptzielkriterien waren Schmerz und Funktion.

Insgesamt 39 Studien mit 20.827 Patienten wurden ausgewertet. Dabei zeigte sich die Akupunktur sowohl einer Scheinakupunktur als auch einer Standardschmerzbehandlung bei jedem der vier Schmerzsyndrome überlegen (alle  $p < 0,001$ ), mit Gruppendifferenzen um die 0,5 SD bei Studien mit einer nicht akupunktierten Kontrollgruppe und bis zu 0,2 SD bei Studien mit einer Scheinakupunktur als Kontrolle. Die Akupunkturreffekte persistierten mit einem kleinen, etwa 15%igen Schmerzabfall im Vergleich zur Kontrolle über ein Jahr.

**Fazit:** Chronische Schmerzen bei muskuloskelettalen Erkrankungen und Kopfschmerzen reduzieren sich unter einer Akupunkturbehandlung sowohl im Vergleich zu einer Kontrollgruppe als auch – wenngleich in geringerem Ausmaß – im Vergleich zu einer Scheinakupunktur. Der Verweis auf Placeboeffekte als alleinige Erklärung für die analgetische Wirkung der Nadelbehandlung ist damit nicht ausreichend. Weitere Studien sollten nun zeigen, welche Patienten und welche Schmerzzustände einer Akupunktur besonders zugänglich sind.

*Dr. Barbara Kreutzkamp*

Vickers AJ et al. Acupuncture for chronic pain: update of an individual patient data meta-analysis. J Pain 2018;19:455-74



© Max Tactic / Fotolia

**Akupunktur kann chronische Schmerzen besser lindern als Scheinakupunktur.**