



**Dr. med.
Reinhard
Sittl** Hypnose &
Schmerz

Integrative Medizin

Was bietet die Komplementärmedizin für die Schmerztherapie

R. Sittl Erlangen



Gliederung

- Integrative Medizin – Klassische Medizin plus Komplementärmedizin
- Komplementärmedizin: Methodenvielfalt
- Evidenz komplementär-medizinischer Methoden
- Empfehlenswerte Konzepte der Integrativen Medizin
- Integrative Medizin Beispiel der Polyneuropathie bzw. Rückenschmerz



Integrative Medizin (IM) ist die
„Integration“
aller verfügbaren und angemessene
Gesundheits-Strategien der
verschieden Disziplinen zum Nutzen
der Patienten

Integrative Medizin¹



Klassische Medizin:
Konventionelle
wissenschaftlich evidenz-
begründete Medizin

Komplementäre Medizin
Nicht konventionelle
erfahrungsbegründete
Medizin

¹Integrative Medicine Statement by Stephen E. Straus, M.D., Director,
National Center for Complementary and Alternative Medicine

Therapiemöglichkeiten



International Association for the Study of Pain

IASP

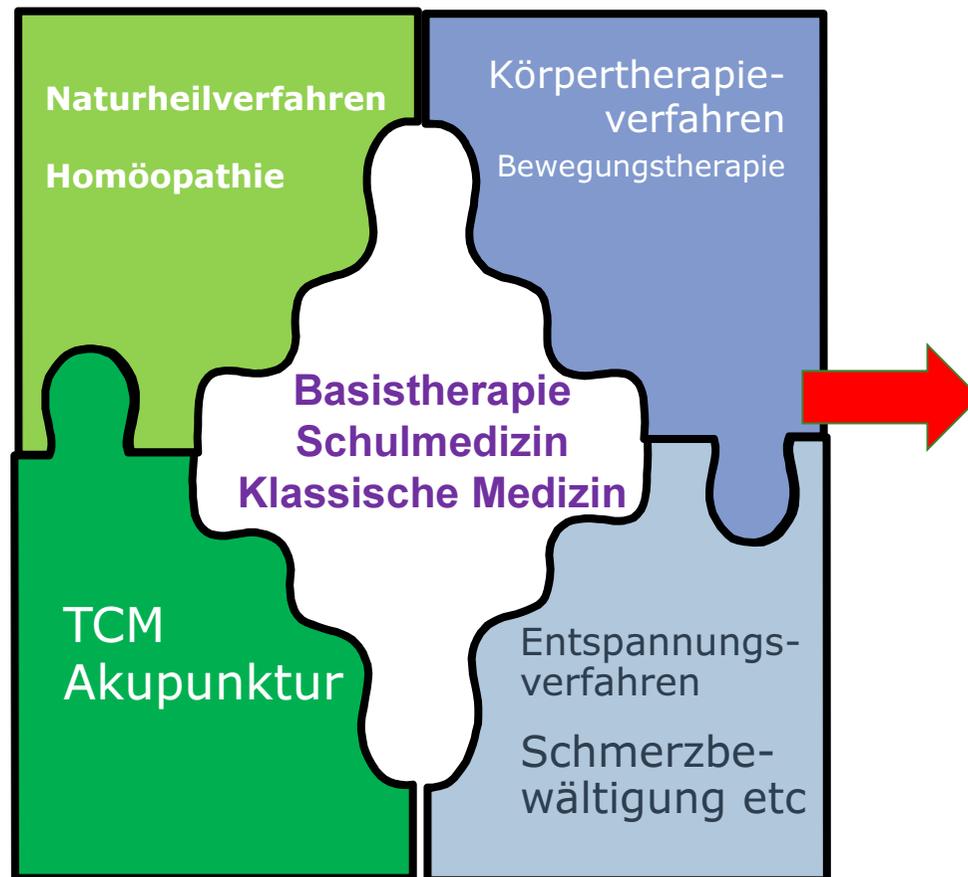
Working together for pain relief

Integrative Medizin

PAIN CLINICAL UPDATES

VOL XXII • NO 2 • MAY 2014

Integrative Pain Medicine: A Holistic Model of Care



Mechanismen-
orientierte
medikamentöse
Schmerztherapie

Und nun noch einige weitere „Wichtige Verkehrshinweise“

Verkehrshinweise

	<p>Bei Problemen Patienten dringend in Spezialwerkstatt (Schmerzambulanz/Schmerzzentrum) vorstellen</p>	
		
		
		
	4.	Kopfschmerzen bedürfen einer spezifischen Behandlung (Kopfschmerz-Router)

Komplementärmedizinischen Methoden

Methodenvielfalt

Akupunktur, Atemtherapie, Autogenes Training, Aus- und ableitende Heilverfahren, Balneo- und Klimatherapie,

Bewegung

Geistheilung

Entspannung

Homöopathie

Kinesiotape

Therapie, M

Therapie, N

Sauerstofftr

Ultraviolettbestrahlung des Blutes/Hämatogene Oxidationstherapie (HOT), Qigong, Reiki, Thai Chi, **Yoga**, **Osteopathie**, Shiatsu, Schröpfen,,

orthomolekulare Therapie, Vitamine und Enzymtherapie,,

Bioelektromagnetische Feldtherapie, Aderlass, Kantharidenpflaster,

Baunscheidttherapie, Eigenbluttherapie, Ozontherapie usw.....





Ausgaben für die Komplementäre Medizin in Deutschland (2013)

IMS Health Statista 2013

<http://de.statista.com/statistik/daten/studie/238427/umfrage/apothekenumsatz-mit-rezeptfreien-homoeopathischen-und-pflanzlichen-arzneimitteln/>
Dtsch Arztebl 2007; 104(46): A-3148 / B-2770 / C-2672, Allensbach-Studie 2010 Naturheilverfahren

- Ca. 9 Milliarden Euro pro Jahr für Komplementäre Methoden
- Ca. 5 Milliarden Euro davon zahlen die Patienten selbst
- Ca. 4 Milliarden Euro erstatten die Krankenkassen

- Ca. 1,3 Milliarden Euro pro Jahr für Pflanzliche Arzneimittel in Apotheken
- Ca. 482,4 Millionen Euro pro Jahr für Homöopathische Mittel in Apotheken

- 60% der gekauften Naturheilmittel werden zur Selbstmedikation au
eigener Initiative gekauft
- 20% der gekauften Naturheilmittel sind vom Arzt verordnet



Häufigste und effektivste (**Patientenmeinung**) komplementärmedizinische Methoden bei deutschen FibromyalgiepatientInnen¹

Methoden	Häufigkeit
■ Entspannungsverfahren	65%
■ Homeopathie	31%
■ Manuelle Therapie	29%
■ Bewegungsübungen (Yoga, Streching, Tai Chi)	24%

Effektivität (0-10)

• Entspannungsverfahren	5.1
• Massage	5.4
• Bewegungsübungen (Yoga, Streching, Tai Chi)	5.1

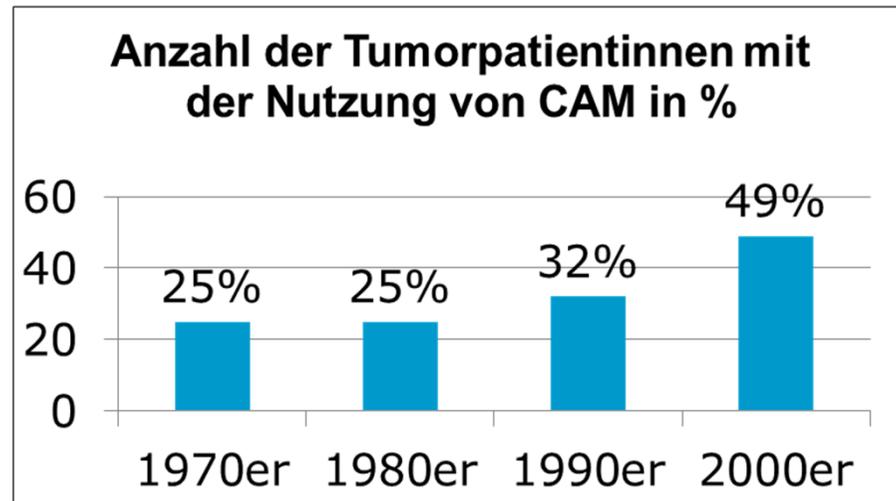
¹Häuser W.et.al.: BMC Musculoskelet. Disord
2012:13.74

Zahlen und Fakten



Horneber M al. How many cancer patients use complementary and alternative medicine(CAM): a systematic review and metaanalysis. Integrative cancer therapies 2012; 11: 187-203

- Deutliche Zunahme des durchschnittlichen Einsatzes von CAM¹ bei Tumorpatientinnen



- ! ■ 38% bis 60% aller Krebspatienten in den westlichen Industrieländern nutzen aktuell CAM im Krankheitsverlauf zur Therapieunterstützung.
- Bis zu 90% der Mammakarzinompatientinnen nutzen CAM (stadiumabhängig)

¹**CAM**: Complementary and Alternative Medicine): Behandlungen, die zusätzlich („komplementär“) oder anstatt („alternativ“) einer konventionellen Behandlung durchgeführt werden

The National Integrative Health



https://



NIH...Turning Discovery Into Health

Health Info

Re

CAM (Co



Mindfulness-Based Stress Reduction, Cognitive- Behavioral Therapy Shown To Be Cost Effective for Chronic Low-Back Pain (July 24, 2017)

National Center for
Complementary and
Integrative Health

gegründet: Oktober 1998

Search NCCIH



Información en Español

News & Events

About NCCIH

Complementary Integrative Medicine)

Spine. July 24, 2017

Dr. med.
Reinhard
Sittl Hypnose &
Schmerz



Komplementärmedizin

Erläuterungen

- **Überbegriff** für eine Vielzahl von Verfahren außerhalb der konventionellen Medizin
- Methoden sollen nicht als Alternativen zur etablierten Medizin angesehen werden, sondern als Ergänzungen.
- Ablösung des Begriffes Alternativmedizin

Duden: Komplementär: „den andern, das andere ergänzend“

Komplementärmedizinische Methoden der Integrativen Medizin



- Naturheilverfahren
- Körpertherapieverfahren
- Entspannungsverfahren
- anthroposophische Medizin,
- Homöopathie
- TCM (Akupunktur und Akupressur)
-



vital

aktiv

gesund

natürlich

harmonisch

Naturheilverfahren Teil der Komplementären Medizin

- Unter **Naturheilverfahren** werden alle therapeutischen Maßnahmen verstanden, die mit **naturgegebenen, nebenwirkungsarmen Mitteln** der Gesunderhaltung, Gesundheitsförderung, Linderung von Beschwerden und Heilung von Krankheit dienen unter der Nutzung psychologischer, seelischer sowie selbstregulierender Prozesse.
- Sie **wirken meist indirekt und sekundär, somit verzögert, aber nachhaltig.**

vital

aktiv

gesund

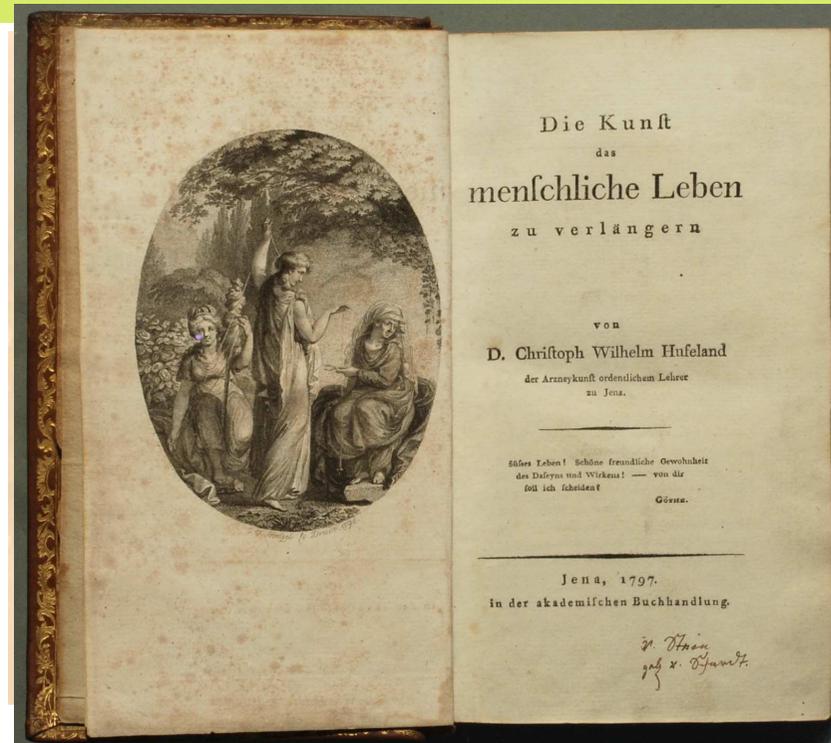
natürlich

harmonisch

„Klassische Naturheilverfahren“



- Hydrotherapie
- Bewegungstherapie
- Ernährungstherapie
- Phytotherapie
- Ordnungstherapie
(Balance finden)



Ganzheitlicher Ansatz: Versuch die gestörte Harmonie des gesamten Organismus (Geist und Seele) wieder ins Gleichgewicht zu bringen,

Hentschel Ch., Schott, H.: Allgemeine Grundlagen der Naturheilverfahren. In: Christian Hentschel (Hrsg.) Naturheilverfahren, Homöopathie und Komplementär- medizin.

Chapman&Hall, Weinheim, 1997, S.1-8



Wasser

Im Wasser steckt die reine Lebensenergie. Erfrischend, wohlig, vitalisierend.



Bewegung

Sich fit halten, den Körper trainieren, Energien aktivieren. So mag ich mich.



Ernährung

Bewusste Ernährung als reine Sinnen- und Gaumenfreude. Frisch, knackig, einfach gut.



Heilpflanzen

Feinste Essenzen aus Pflanzen und Kräutern: Die Natur ist die beste Medizin.



Balance

Die Hektik des Alltags vergessen und in sich die Kraft für ein aktives Leben finden.

Hydrotherapie

„Wasser ist das
natürliche und einfache Heilmittel.
Es leistet mitunter unglaubliches ...“

(Sebastian Kneipp)





Hydrotherapie – SPA–Therapie bei Knie-und Hüftarthrosen

- Hydrotherapie in Form von Wassergymnastik zeigt eine “moderate quality evidence” für kurzfristige, klinisch relevante **positive Effekte** auf den **Schmerz, die Beeinträchtigungen und die Lebensqualität** ¹

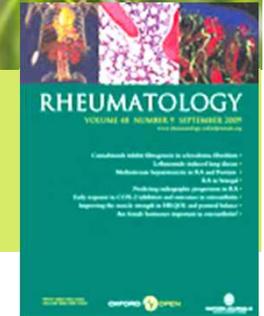


SPA -Therapie (heißes Mineralbad, heiße Güsse, Unterwassermassagen, Fangopackungen und angeleitete Wassergymnastik)) zeigte für Patienten mit Kniearthrose **eine klinische Relevanz (Schmerz und Funktionsverbesserung)** die bis zu 3-6 Monaten anhielt – in Einzelfällen bis zu 9 Monaten ²

¹ Bartels EM1, et.a...: Cochrane Database Syst Rev. 2016 Mar 23;3: Aquatic exercise for the treatment of knee and hip osteoarthritis.

² Forestier R1, et.al.: Ann Phys Rehabil Med. 2016 Jun;59(3):216-26. Epub 2016 Mar 17. Spa therapy and knee osteoarthritis: A systematic review.

Hydrotherapie bei Fibromyalgie^{1, 2}



- Grundlage 10 kontrollierte Studien,
- Einschlusskriterien: Jede Art von Hydrotherapie ohne Komb. mit aktiver Bewegungstherapie, randomisiert – kontrolliert, Vergleich mit anderer Intervention oder keiner Intervention
- **Ergebnisse:**
- **Signifikante Verbesserung beim Schmerz und der Lebensqualität**
- Wirkung hielt bis zu 14 Wochen (median)



Stangerbäder zeigten keinen Effekt

¹Langhorst J. et.al.: Efficacy of hydrotherapy in fibromyalgia...A meta-analysis of randomized –controlled clinical trials. Rheumatology (Oxford2009;48:1155-59

²Romy Lauche et.al.: A Systematic Overview of Reviews for Complementary and Alternative Therapies in the Treatment of the Fibromyalgia Syndrome

In: Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine, Volume 2015 (2015), Review Article

Bewegung-Körpertherapie

„Wem seine Gesundheit
lieb und teuer ist, biete das Mögliche auf, in
reiner Luft seine Zeit zu verbringen.“

(Sebastian Kneipp)



Frühes Laufband - Training kann neuropathische Schmerzen verm(h)indern

Research Paper

PAIN

Early-onset treadmill training reduces mechanical allodynia and modulates calcitonin gene-related peptide fiber density in lamina III/IV in a mouse model of spinal cord contusion injury

Timo A. Nees^a, Anke Tappe-Theodor^b, Christopher Sliwinski^a, Melanie Motsch^a, Rüdiger Rupp^a, Rohini Kuner^b, Norbert Weidner^a, Armin Blesch^{a,*}

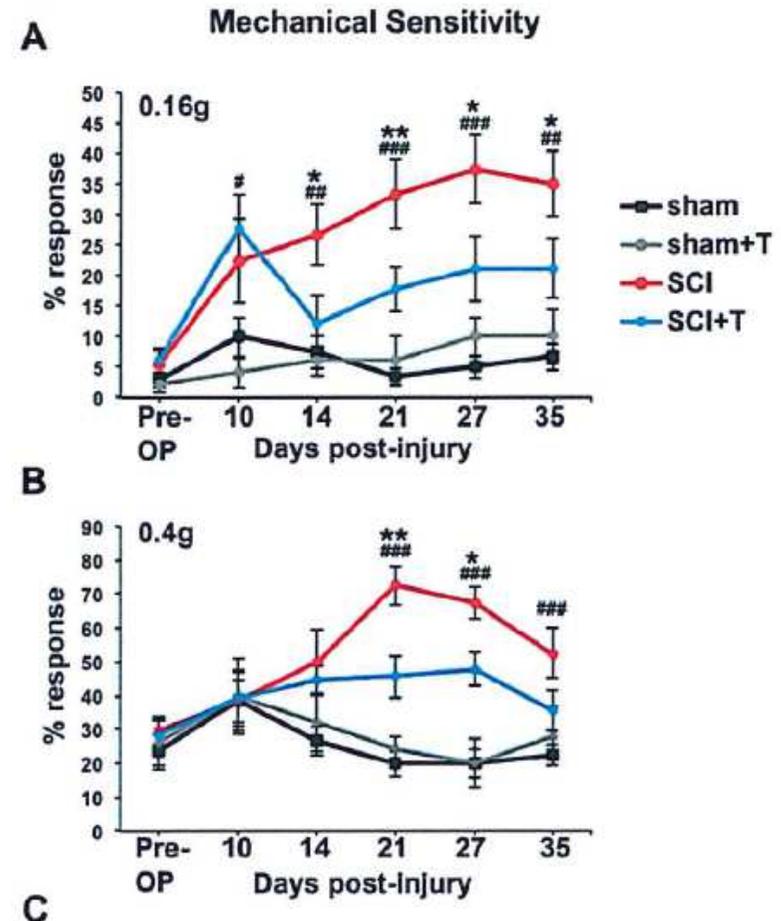
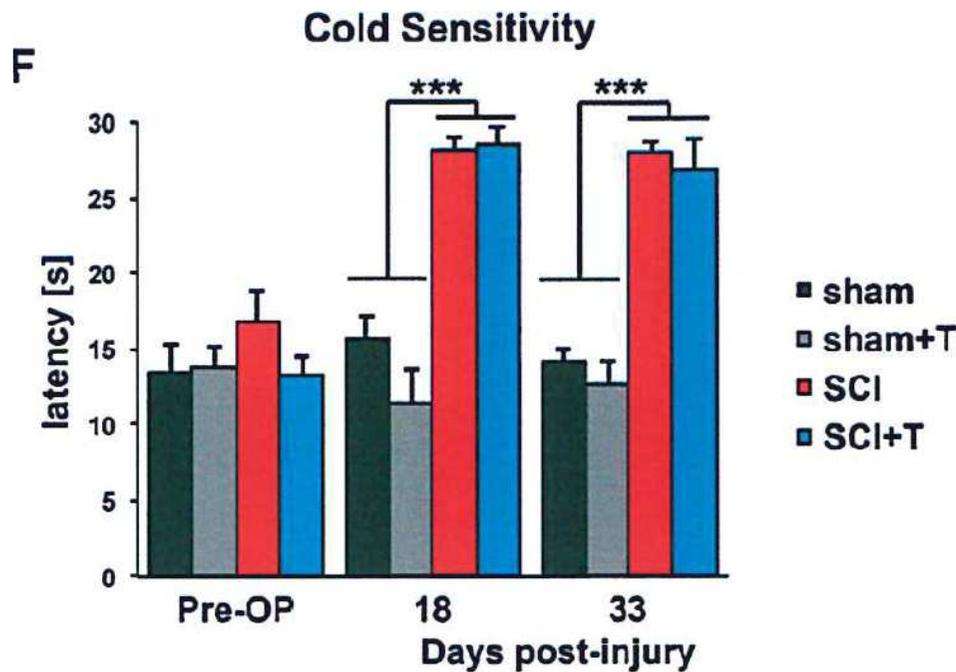
- **Methode:**
- Rückenmarkskontusion bei Mäusen (50 kdyn)
- Laufbandtraining 2x15min, 5x/Woche
- Messungen bis 35 d nach Eingriff
- Messung von mechanischer Allodynie (Frey Filamente 0,16 u 0.4g)
- Empfindlichkeit gegen schmerzhafte Reize (1.4g)
- Latenz gegen Hitzereize und Kälte
- Dichte der CGRP Fasern in Lamina III und IV



Frühes Laufband - Training kann neuropathische Schmerzen verm(h)indern

Ergebnisse:

Nees T.A. et.al.: Early-onset **treadmill training** reduces mechanical allodynia and modulates calcitonin gene-related peptide fiber density in lamina III/IV in a mouse model of spinal cord contusion injury. Pain. 2016 Mar;157(3):687-97.



Schmerzanamnese



Frühes Laufband - Training kann neuropathische Schmerzen verm(h)indern

Ergebnisse:

Nees T.A. et.al.: Early-onset **treadmill training** reduces mechanical allodynia and modulates calcitonin gene-related peptide fiber density in lamina III/IV in a mouse model of spinal cord contusion injury. Pain. 2016 Mar;157(3):687-97.

Sensomotorische Aktivität (Training)
lindert Symptome
zentraler neuropathischer Schmerzen nach
Rückenmarkserletzung



herbeigeführte Zunahme konnte fast ausgeglichen werden

■ PAIN Reports 9/2017



Basic Science
Research Paper

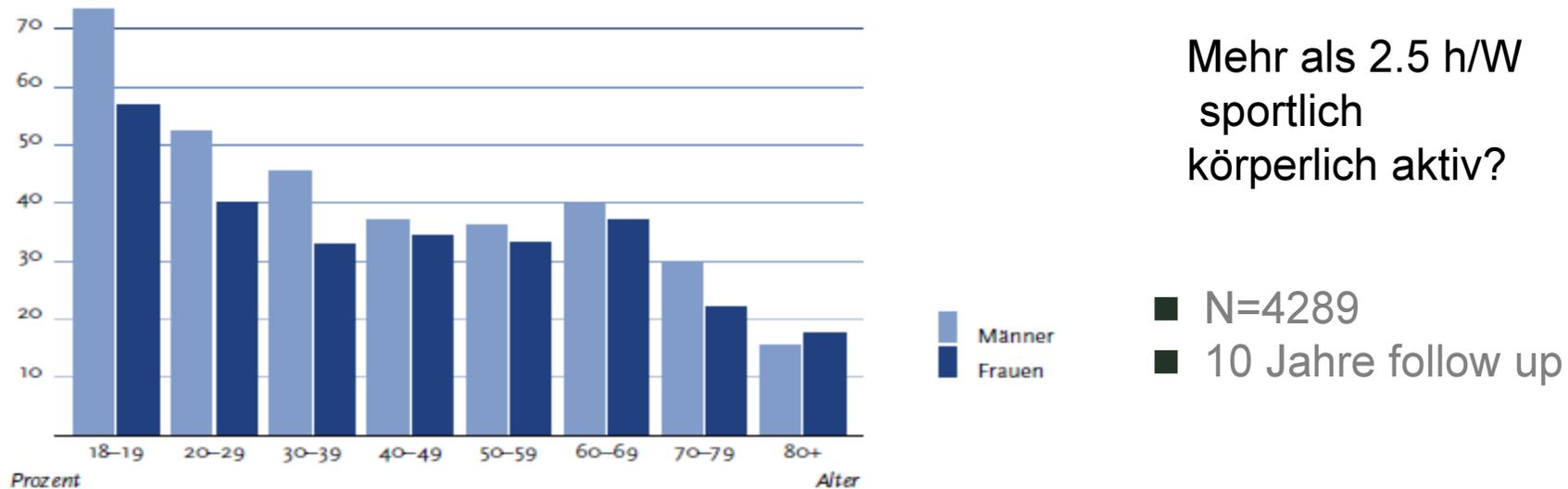
OPEN

PAIN
REPORTS®

Regular physical activity prevents development of chronic muscle pain through modulation of supraspinal opioid and serotonergic mechanisms

Renan G. Brito, Lynn A. Rasmussen, Kathleen A. Sluka*

Einfluss von körperlicher Aktivität auf die systemische Inflammation



- **Regelmäßige (moderate) körperliche Aktivität geht mit niedrigeren Spiegeln an Entzündungsmarkern (hs-CRP, IL-6) einher**

Physical Activity and Inflammatory Markers Over 10 Years : Follow-Up in Men and Women From the Whitehall II Cohort Study

Mark Hamer, Severine Sabia, G. David Batty, Martin J. Shipley, Adam G. Tabák, Archana Singh-Manoux and Mika Kivimaki

Circulation 2012; 126: 928-35

Bewegungstherapie bei Patienten mit chronischen lumbalen Rückenschmerzen.

Searle A1, Spink M, Ho A, Chuter V.: **Exercise interventions for the treatment of chronic low back pain: a systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials.** Clin Rehabil. 2015 Dec;29(12):1155-67

- Grundlage: 39 Studien erfüllten die Qualitätskriterien
- Signifikante Verbesserungen ($P < 0.01$) im Vergleich zu Kontrollgruppen (Wartelisten, Therapie „as usual“ etc) im Bereich der
- **Rückenschmerzen (in 80% der Studien)**
- **Muskelstärke und -Widerstand (10 von 11 Studien)**
- **und im Bereich der Koordination und Rumpfstabilisierung (8 von 11 Studien)**

Körperliche Aktivität: Effektivität von Pilates bei Rückenschmerzen

Lin HT et.al.: Effects of pilates on patients with chronic non-specific low back pain: a systematic review. J Phys Ther Sci. 2016 Oct;28(10):2961-2969

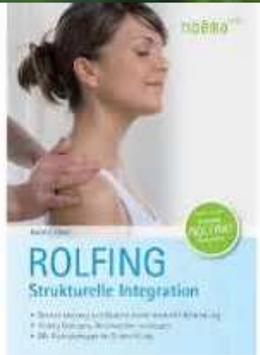
- Grundlage: 12 Studien mit 496 Patienten
- Pilates führt bei Patienten mit chronischen Schmerzen (im Lumbalbereich) zu **statistisch signifikanten Verbesserungen** in Bereich der
- **Schmerzlinderung** und Verbesserung der **Funktion** 
- im Vergleich zu Patienten, die üblichen oder routinemäßige Gesundheitsversorgung durchführten
- Andere Übungsformen zeigten ähnliche Effekte wie Pilates, wenn Tailen- oder Torso-Bewegung enthalten waren und die Übungen für >20 Stunden erbracht wurden

Yoga zur Behandlung von chronischen Rückenschmerzen

Cochrane Database Syst Rev. 2017 low back pain. Wieland LS et.al. Jan 12;1:
Yoga treatment for chronic non-specific

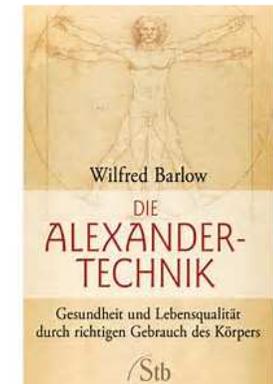
- Grundlage: 12 kontrollierte Studien, 1080 Patienten
- Es gibt schwache bis mittlere Evidenz, dass Yoga im Vergleich zu Nicht-Übungs-Kontrollen zu kleinen bis moderaten Verbesserungen in der Rücken-Funktion nach drei und sechs Monaten führt.
- **Yoga zeigt leichte positive Effekte hinsichtlich der Schmerzen nach drei bis sechs Monaten**
- Die Ergebnisse weisen gemäß Definition nur minimale klinischen Bedeutung auf
- Yoga hat keine schweren Nebenwirkungen
- weiterer qualitativ hochwertige Studien sind notwendig um einen Vergleich zu anderen Bewegungsübungen in der Langzeittherapie zu sehen





Auswahl von Körperwahrnehmungsübungen u.a mit positiven Effekten bei Rückenschmerz

- Alexander-Technik von Frederick Matthias Alexander
- Funktionelle Entspannung nach Marianne Fuchs ,
- Jin Shin Jyutsu,
- Rolfing von Ida Rolf ,
- Qi Gong , Shiatsu, Tai Chi
- Yoga
- Eutonie,
- Feldenkrais-Methode,

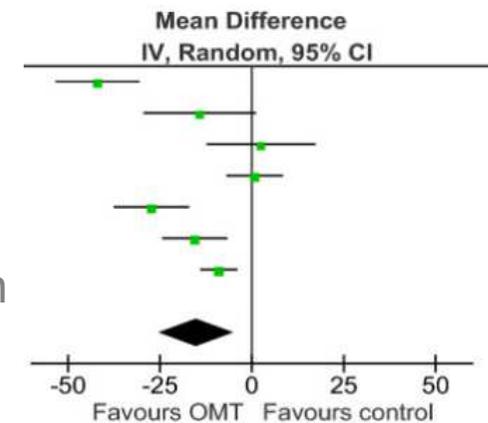


Little P et.al.:Randomised controlled trial of Alexander technique lessons, exercise, and massage (ATEAM) for chronic and recurrent back pain (BMJ 2008; 337;

Osteopathie und Rückenschmerz

Franke H, Franke JD, Fryer G1.:BMC Musculoskelet Disord. 2014 Aug 30;15:286.
Osteopathic manipulative treatment (OMT) for nonspecific low back pain: a systematic review and meta-analysis.

- Randomisierte Studien(RCTs) mit ausreichender Qualität: **15**,
- **Schmerzart:** chronischer lumbaler Rückenschmerz(LBP) (drei Studien bei schwangeren Frauen)
- **Intervention:** individuelle OMT durch ausgeb. Osteopathen
- **Kontrollgruppe:** manuelle Therapie, übliche Pflege, Sham Behandlung, keine Therapie
- **OMT hatte einen signifikanten Effekt auf die Schmerzlinderung und den Funktionsstatus (SMD, bei akutem und chronischem, nicht spezifischem LBP**



Forest plot of comparison:
OMT for Chronic low
back pain
Outcome: pain.

Ordnungstherapie

„Erst als man den Zustand ihrer Seele erkannte und da Ordnung hineinbrachte, ging es mit dem körperlichen Leiden auch besser.“

(Sebastian Kneipp)





Ordnungstherapie



Entspannung oder Massage?

Lauche R et.al .:PLoS One. 2013 Jun 7;8(6):Effectiveness of home-based cupping massage compared to progressive muscle relaxation in patients with chronic neck pain--a randomized controlled trial..

- Vergleichsstudie: Partner- Massage vs PMR über 12 Wochen, n=61
- Intervention 2x Woche, vorher Edukation und Anleitung

Ergebnisse

- **Beide Gruppen zeigten signifikant weniger Schmerzen**, die Massagegruppe hat niedrigere Druckschmerzschwellen und bessere “Wohlfühlwerte”

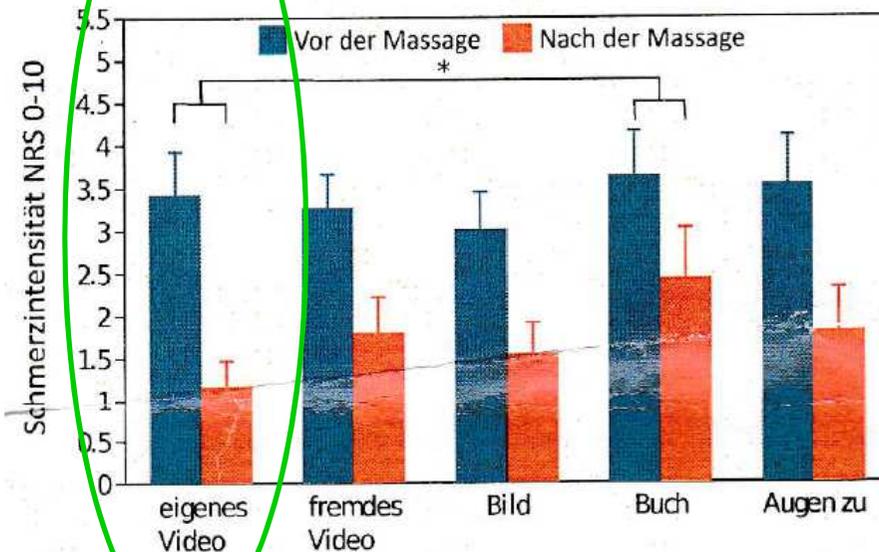
Visuelles Feedback verbessert den Effekt klassischer Massage bei Patienten mit chronischen Rückenschmerzen

A. Löffler^{1,2}, J. Trojan³, W. Zieglgänsberger⁴ & M. Diers^{1,2}

Klassische Massage unter 5 Bedingungen

	eigenes Video	Visuelles Feedback des eigenen Rückens und Betrachten der Massage in Echtzeit
	fremdes Video	Blick auf Massage einer fremden Person
	Bild	Blick auf Standbild des eigenen Rückens
	Buch	Blick auf einen neutralen Gegenstand
	Augen zu	Geschlossene Augen

Kontrollbedingungen



Visuelles Feedback kann unter Umständen Effektivität von Behandlungen bei chronischen Schmerzen verbessern

¹Patienten mit chron. Rückenschmerzen haben verändertes Körperbild. Moosley 2008 PAIN, 239-243



Phytotherapie bei Rückenschmerzen

Gagnier JJ et.al.: Spine (Phila Pa 1976). 2016 Jan;41(2):116-33.

Herbal Medicine for Low Back Pain:

Oltean H.: **Herbal medicine for low-back pain.** Cochrane Database of Systematic Reviews 2014, Issue 12. Art.No.: CD004504.

- Grundlage: 14 RCTs Studien (2050 Patienten)
- Schmerzlindernd im Vergleich zu Plazebo waren:
- **Capsicum frutescens=Capsaicin lokal**), **Teufelskralle** 50-100mg/d, Weidenrinde 240mg/d, Lavendelöl (mit Akupressur verabreicht)
- Es traten keine schweren Nebenwirkungen auf
- Die Evidenz war von moderater Qualität

- Weitere große angelegten Studien sind erforderlich, um diese pflanzliche Arzneimittel gegen Standard-Behandlungen zu testen



Phytopharmaka: Auch bei Kopfschmerz und Migräne gibt es pflanzliche Alternativen

- ätherische Öl der Pfefferminzblätter
- Pestwurz (Petasites hybridus) (Petadox®)
- Weidenrindepräparate
- Guarana-Urtinktur (Coffeinpräparat)¹

The screenshot shows the header of the 'Ärzte Zeitung' website. It includes a navigation menu with categories like 'Politik', 'Krankheiten', 'Fachbereiche', 'Praxis & Wirtschaft', and 'Panorama'. Below the menu is a breadcrumb trail: 'Sie befinden sich hier: Home » Medizin » Krankheiten » Schmerzen » Kopfschmerzen'. The article title is 'Pestwurz-Extrakt ist auch weiterhin bestellbar'. The date is 'Ärzte Zeitung, 31.08.2009'. There are social media icons for 'Kommentieren (0)', a star rating, and 'Twittern'. A lock icon is also visible.

¹ Bisher keine Studien

Beispiele für traditionelle asiatische Medizinsysteme



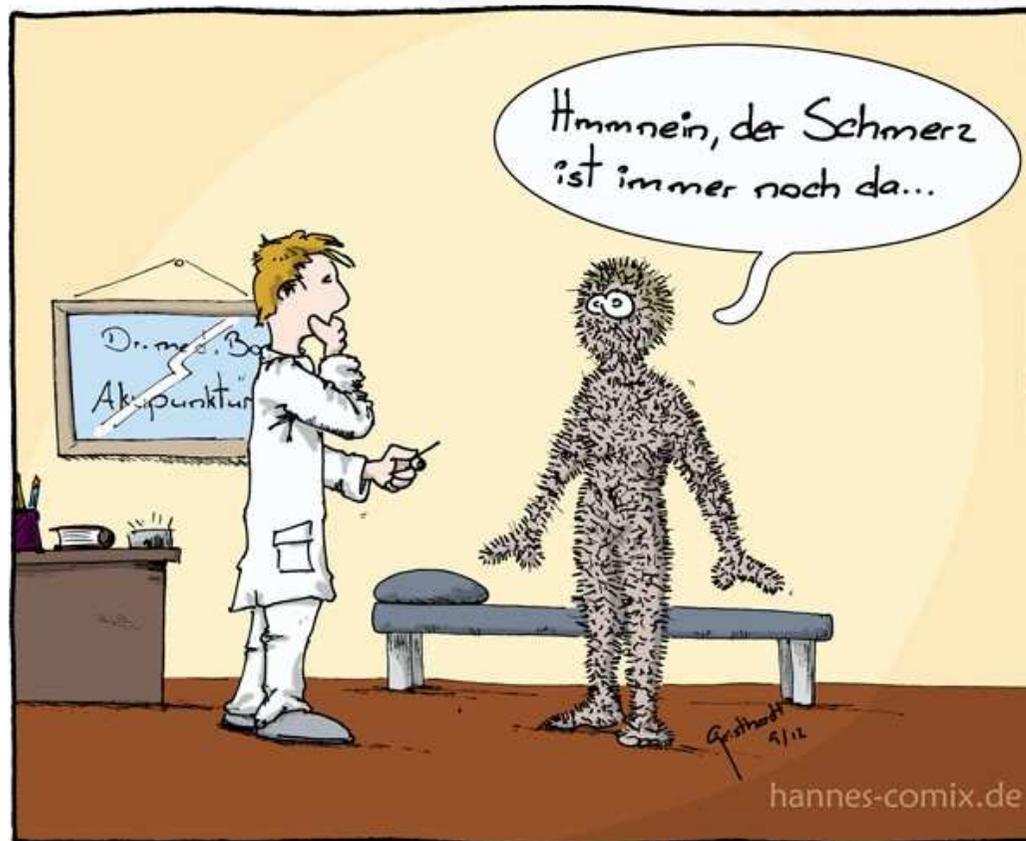
- TCM¹ Die WHO verwendet die Abkürzung TM/CAM, um das ganze Feld abzudecken.
- Ayurveda
- Traditionelle japanische, koreanische und thailändische Medizin

Beurteilung : Akupunktur, spezielle Massagen, Pflanzliche Stoffe spielen eine Rolle in der Behandlung chronischer Schmerzen. Patienten die pflanzliche Medikamente einnehmen müssen sich über Interaktionen und möglichen Intoxikationen bewusst sein ²

¹ TCM 1949 von Mao als erschwingliche Alternative zur teuren Westmedizin ins Leben gerufen (Barfußärzte), es erfolgte eine Entrümpelung des heilkundlichen Riesenerbes. Seit 30 Jahre Exportschlager

² Chuthamane C: Traditional Asian Medicine for chronic Pain . PAIN 2016. Refresher Course – 16th World Congress on Pain. p517

Akupunktur



www.toonsup.com/hannes



Effekte der Akupunktur – RCT - Studien

Albert Leung: Acupuncture, Placebo and their Interaction.

PAIN 2016. Refresher Course – 16th World Congress on Pain. p514,

Pain-Related Conditions	No. RCTs (No. Subjects)	Study Conclusion	Type of Study	Year
Cancer pain	29	Effective	Meta-analysis	2016
Knee, low back, and neck pain	29 (17,922)	Effective	Systemic review	2012
Osteoarthritis	12 (1,763)	Effective	Systemic review	2014
Osteoarthritic knee pain	14 (3,835)	Effective	Systemic review	2012
Postoperative pain	13 (682)	Effective	Meta-analysis	2016
Fibromyalgia	9 (293)	Inconclusive	Meta-analysis	2014
Chronic low back pain	13 (2,678)	Effective	Meta-analysis	2013
Lumbar spinal stenosis	6 (582)	Inconclusive	Systemic review	2013
Migraine headache	10 (997)	Effective	Meta-analysis	2015
Tension headache	11 (2,317)	Effective	Meta-analysis	2009
Carpal tunnel syndrome	6 (442)	Inconclusive	Systemic review	2011

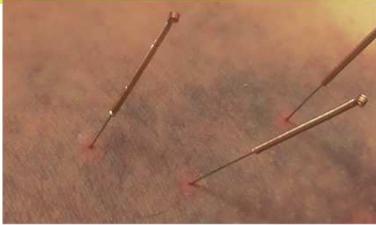
Acupuncture for the prevention of tension-type headache (Review) Jan. 2016

Linde K, Allais G, Brinkhaus B, Fei Y, Mehring M, Shin BC, Vickers A, White AR



- Grundlage: 12 RCTs mit 2349 Patienten *January 2016*
- Wirksamkeit bei der Behandlung von **häufigen** episodischen oder chronischen Spannungskopfschmerzen
- **Evidenz schwach bis moderat**
- Weitere Studien – und der Vergleich der Akupunktur mit anderen Behandlungsmöglichkeiten sind erforderlich.

Akupunktur bei Periodenschmerz



Acupuncture for dysmenorrhoea. Smith CA, et.al.:
Cochrane Database Syst Rev. 2016 Apr 18;4:CD007854
Review.

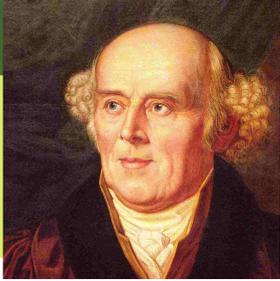
- Grundlage: 42 RCTs mit 4650 Patientinnen
- Es gab **nicht genügend Beweise** um zu zeigen, ob Akupunktur oder Akupressur bei der Behandlung von primären Dysmenorrhoe wirksam ist. !

Akupunktur - Langzeiteffekte

The persistence of the effects of acupuncture after a course of treatment: a meta-analysis of patients with chronic pain. MacPherson, H.a,*; Vertosick, E.A.b;et.al.: Pain: May 2017 - Volume 158 - Issue 5 - p 784–793

- Für 20 Studien mit einschließlich 6376 Patienten lagen Langzeitdaten vor
- **Effekte der Akupunktur bei muskuloskeletalen Schmerzen blieben** im Vergleich zu Kontrollen (keine Akupunktur), - Warteliste, „usual care“ etc. zu **großem Teilen (bis zu 90%) bestehen** und verringern sich nur leicht
- Effekte der Sham Akupunktur verringern sich nach 12 Monaten erheblich
- Bei Wirtschaftlichkeitsprüfungen der Akupunktur sollten diese neuen Ergebnisse berücksichtigt werden





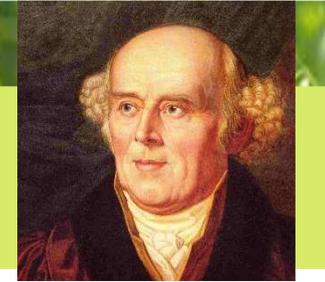
Homeöopathie und Knieschmerz



A double-blind randomized placebo-controlled feasibility study evaluating individualized homeopathy in managing pain of knee osteoarthritis. Koley M, Saha S, Ghosh S.: J Evid Based Complementary Altern Med. 2015 Jul;20(3):186-91.

- Studienkonzept: prospektiv, doppelblind, randomisiert und placebokontrolliert , n= 60, mit schmerzhaften Episoden von Knierarthrose
- Untersuchungsparameter: Schmerz, Steifheit, Funktion, etc
- Pilotstudie – **individualisierte Homeöopathie**, Zeitraum: Jan. bis Okt 2014,
- **Keine signifikanten Unterschiede zwischen Placebo und Verum-Gruppe**

Homöopathie bei Fibromyalgie



Boehm K, et.al.: Homeopathy in the treatment of fibromyalgia--a comprehensive literature-review and meta-analysis.

Complement Ther Med. 2014 Aug;22(4):731-42.

- Grundlage: 10 Fall-Berichte, 3 Beobachtungsstudien, 1 nicht-randomisierte und 4 randomisierte kontrollierte Studien (RCT) mit Homöopathie-Behandlung bei Fibromyalgie.
- Es zeigten sich Effekte der Homöopathie auf **„zarter Punktzahl“ bei der Zahl der Tenderpunkte** (SMD = 0,42; 95 % CI-0.78, -0,05; P = 0,03), **Schmerz Intensität** (SMD = 0,54; 95 % CI-0.97, -0,10; P = 0,02), und der **Müdigkeit** (SMD = 0,47; 95 % CI-0.90, -0,05; P = 0,03) im Vergleich zur Placebomedikation.

Weitere Studien: pubmed: „Witt CM - homeopathy“

The clinical effects of Kinesio[®] Tex taping: A systematic review

D. Morris, MSc, PT, D. Jones, MSc, PT,, H. Ryan ✉, MSc, PT & C. G. Ryan, PhD, PT

Pages 259-270 | Accepted 12 Sep 2012, Published online: 22 Oct 2012



- Grundlage: 8 RCTs, 6 Studien bei Patienten mit muskuloskeletalen Schmerzen, 1 Studie bei Lymphödem (Mamma Ca), 1 Studie bei Patienten mit Spastik nach Apoplex;
- Six studies included a sham or usual care tape/bandage group
- KTT ist klinisch nicht effektiver als Sham oder normales Tapen oder bandagieren.
- Geringe positive Effekte zeigten sich bei der Plantar Faszitis zusammen mit Physiotherapie

Zusammenfassung:

- Derzeit keine Evidenz KTT anstelle von bisherigen Therapie einzusetzen



The clinical effects of Kinesio® Tex taping: A systematic review

D. Morris, MSc, PT, D. Jones, MSc, PT,, H. Ryan ✉, MSc, PT & C. G. Ryan, PhD, PT
Pages 259-270 | Accepted 12 Sep 2012, Published online: 22 Oct 2012



[Submit an article](#)

[Back to journal](#)

- Gr...
- m...
- (M...
- Ap...
- ta...
- K...
- Ta...
- G...
- Fa...



phödem
nach
re
ormales
ntar



Zusammenfassung:

- Derzeit keine Evidenz KTT anstelle von bisherigen Thera einzusetzen



Multidisziplinäre biopsychosoziale Rehabilitation (Multimodale Therapieprogramme)

Kamper S et.al.: Multidisciplinary biopsychosocial rehabilitation for chronic low back pain. Cochrane Database Syst Rev. 2014 Sep 2;(9):CD000963.

- Grundlage: 41 RCT-Studien mit 6958 Teilnehmern
- Therapie führt zu weniger Schmerz und funktioneller Beeinträchtigung
- Leichte positive Einflüsse auf die Arbeitsfähigkeit
- Die Wirkungen sind moderat und müssen mit dem hohen Aufwand in Beziehung gesetzt werden

Integrative Medizin am Beispiel: Chemotherapie-induzierter Polyneuropathie (Uniklinik Erlangen)

Basistherapie:

Ursache „behandeln“

Medikamente:

Hydrotherapie

Wechselbäder mit:
Kamille, Salbei,
Ringelblume

Phytotherapie

Aconitschmerzöl (Wala®)
Johanniskrautöl
(Rotöl) mehrmals
tgl. einreiben

Ordnungstherapie

Psychosoziale
Maßnahmen (Gespräche,
Kontakte),
Entspannungskonzept,
Akupunktur, Moxibustion

Ernährungstherapie

Vitamin B1, B6, B12
Komplex (Neurotrat S
forte®)
Vitamin E, Alpha
Liponsäure, L-Carnithin,
Proteolytische
Enzympräparat z.B.
Equizymin®

Bewegungstherapie

Regelmäßige Reize an den
betroffenen Extremitäten (Igelball,
Massageroller etc.)
Koordinations und Balancetraining
Vibrationsbrett,
Ergotherapie

Integrative Medizin am Beispiel: Chronischer Rückenschmerz

Konventionelle Schmerztherapie: Medikamente – Physiotherapie - Edukation

- Mechanismen-orientierte Schmerztherapie
- Teufelskralle, (Teltonal®, Rheuma Hek®, Assalix®) (oder „Phytodolor®“ und Phlogenzym®,
- Heublumenkompressen, (Partner)Massagen, SPA-Besuche mit Fango und Wassergymnastik
- Pilates und oder Yogagruppe
- Sportliche Aktivität mit Edukation
- Individ. Entspannungskonzept
- Akupunktur
- Ev. einmalig multimodales Gruppen- Therapie-programm

.....und im Wohnzimmer grünes Licht

Dr. med.
Reinhard
Sittl Hypnose &
Schmerz

Integrative Medizin

Naturheilverfahren
Homöopathie

Körpertherapie-
verfahren
Bewegungstherapie

Schulmedizin
Klassische Medizin

TCM
Akupunktur

Entspannungs-
verfahren

Vielen Dank für
Ihre Aufmerksamkeit.

Reinhard Sittlreinhard@sittl@gmail.com