

# PHYSIOTHERAPEUTISCHE EVIDENZ AUF DEM PUNKT



IMMER GEFRAGTER SIND HEUTE DIE ERKENNTNISSE EVIDENZ-BASIERTER MEDIZIN – AUCH FÜR DEN BEREICH DER PHYSIOTHERAPIE. IN DIESEM BEITRAG FINDEN SIE NEBEN ZWEI ZUSAMMENFASSUNGEN EINEN HINWEIS DARAUF, WIE SIE SICH MONATLICH MIT PHYSIOTHERAPIE-RELEVANTEN COCHRANE-REVIEWS AUFDATIEREN KÖNNEN.

Martin Verra



Martin Verra

**D**ie moderne Physiotherapie bildet zusammen mit Medizin und Pflege die drei Säulen der Schulmedizin. Neben Präferenzen der Patienten betreffend Therapieform und die bisherigen Erfahrungen der Physiotherapeuten mit ihren Untersuchungs- und Behandlungsmethoden spielen im klinischen Entscheidungsprozess der evidenzbasierten Medizin die Erkenntnisse von Physiotherapie-relevanten Studien eine zunehmend wichtige Rolle. Hier nun die Zusammenfassungen von zwei aktuellen Studien.

## Physiotherapie ist manchmal gleich gut wie eine Kniearthroskopie

Patienten mit Meniskusproblemen bei Kniearthrose profitieren gleich viel von einer ersten Behandlung mit Physiotherapie wie von einem sofortigen operativen Eingriff. Zu dieser Schlussfolgerung kommen amerikanische Forscher im «New England Journal of Medicine» aufgrund einer randomisiert kontrollierten Studie mit 351 Patienten (1). Jeffrey Katz et al. randomisierten die über 45-jährigen Patienten mit einem symptomatischen und im MRI bestätigten Meniskusriss bei einer vorbestehenden Arthrose. Die Patienten bekamen entweder eine dreiphasige physiotherapeutische Behandlung oder eine Kniearthroskopie. Der orthopädische Chirurg bearbeitete dabei die lädierten Ränder des Meniskus so, dass wieder ein stabiler Zustand entstand. In der Physiothera-

piegruppe durften sich Patient und Chirurg nach Absprache zu einem späteren Zeitpunkt trotzdem noch für eine Kniearthroskopie entscheiden. Sechs Monaten nach Randomisierung gab es zwischen beiden Gruppen betreffend Verbesserung der Gelenksfunktion und Schmerzen keine signifikanten Unterschiede. In dieser Zeit war bei 30,2 Prozent der Patienten in der Physiotherapiegruppe doch noch eine Kniearthroskopie durchgeführt worden. Übrigens: Patienten, die in erster Instanz operiert wurden, bekamen auch Physiotherapie: im Durchschnitt knapp 7 Behandlungen, versus 8,4 in der primären Physiotherapiegruppe. Laut Katz und seinen Koautoren zeigt die Studie, dass das direkte Operieren von Meniskusrissen nicht signifikant besser ist als wenn man zuerst einen Behandlungsversuch mit Physiotherapie macht.

## Trainingstherapie verbessert krebsassoziierte Erschöpfung

Ermüdungserscheinungen und Erschöpfung sind bekannte Begleiteffekte eines Krebsleidens und seiner Behandlung. In der Vergangenheit wurde Krebspatienten, wenn sie sich müde fühlten, Ruhe empfohlen. Es ist wichtig, dass Krebspatienten adäquate Unterstützung und Beratung bekommen, wie sie die allfälligen Begleitsymptome der Krankheit und der Behandlung bewältigen können. Unter der Annahme, dass Trainingstherapie

### ABSTRACTS ZU DEN STUDIEN

Unter folgenden QR-Codes  
finden Sie die Abstracts:



Physiotherapie und  
Kniearthroskopie

die Krebs-assoziierten Erschöpfungszustände positiv beeinflussen könnte, wurden verschiedene Studien durchgeführt, die deren Effekte sowohl während als auch nach der Krebsbehandlung untersuchten. Die systematische Übersichtsarbeit von Cramp und Byron-Daniel umfasst 56 Studien mit insgesamt 4068 Patienten (2). Die Resultate weisen darauf hin, dass aerobe Trainingstherapie (z.B. Walking oder Fahrradergometertraining) Ermüdungserscheinungen und Erschöpfung während sowie nach der Krebsbehandlung reduzieren kann. Diese positiven Effekte wurden vor allem bei Patienten mit Brustkrebs und Prostatakrebs festgestellt.

### Das französische Cochrane-Zentrum informiert

Im letzten Jahr wurden über 700 000 neue Studien in die elektronische Datenbank Medline/PubMed aufgenommen. In der Cochrane Library sind bereits über 5000 Systematic Reviews vorhanden. Bei dieser Flut neuer Veröffentlichungen

gilt es, die Spreu vom Weizen zu trennen! Das französische Cochrane-Zentrum bietet eine Gratisdienstleistung an. Nach einmaliger, kostenloser Registrierung bekommen Sie monatlich einen elektronischen Newsletter mit den Zusammenfassungen der aktuellsten physiotherapielevanten Cochrane-Reviews zugestellt.

Anmeldung unter:  
[www.cochrane.fr/index.php?option=com\\_content&view=article&id=112&Itemid=595](http://www.cochrane.fr/index.php?option=com_content&view=article&id=112&Itemid=595)

#### Referenzen:

1. Katz JN et al. Surgery versus physical therapy for a meniscal tear and osteoarthritis. *N Engl J Med* 2013; 368: 1675–1684.
2. Cramp F, Byron-Daniel J. Exercise for the management of cancer-related fatigue in adults. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2012, Issue 11. Art. No.: CD006145. DOI: 10.1002/14651858.CD006145.pub3.

#### Kontakt:

Martin Verra, PT, MPTSc.  
 Direktor des Instituts für Physiotherapie  
 Inselspital  
 Universitätsspital Bern  
 E-Mail: [Martin.Verra@insel.ch](mailto:Martin.Verra@insel.ch)



Trainingstherapie  
und Krebs



Hier verbirgt sich der Link  
zum elektronischen News-  
letter.