Akupunktur bei Spannungskopfschmerzen

30.07.2005 11:14

Liebe Kolleginnen, liebe Kollegen,

da Spannungskopfschmerzen zu den häufigsten Kopfschmerzarten in der hausärztlichen Praxis zählen, wäre es sicher willkommen, wenn wir - neben Entspannungsverfahren, Verhaltenstherapie, TENS und ggf. Trizyklika - mit der Akupunktur eine weitere Therapieoption in der Hand hätten.

Die beiliegende randomisierte Studie (eine Gemeinschaftsarbeit aus München und Berlin, publiziert im gestrigen British Medical Journal) fand tatsächlich einen signifikanten Vorteil bei akupunktierten Patienten im Vergleich zu Personen auf einer "Warteliste" (Behandlung über 8 Wochen in 12 Sitzungen). Das Pikante an diesem Ergebnis ist, dass es offensichtlich nicht darauf ankommt, an den korrekten Stellen "richtig" zu stechen.

Die Autoren kontaktierten 2700 Personen (meist über Zeitungsanzeigen), von denen 2428 (!) entweder nicht interessiert waren oder die Einschlusskriterien nicht erfüllten. 296 Personen wurden letztlich in 3 Gruppen randomisiert und die Ergebnisse von 270 (nach dem Ausschluss eines der 29 Studienzentren) analysiert. Patienten der Gruppe 1 erhielten eine weitgehend standardisierte "echte" Akupunktur, die der Gruppe 2 eine rel. oberflächliche, "minimale" Nadelung an "falschen" Punkten und die Teilnehmer der Gruppe 3 (Warteliste) keine Therapie. Die beiden Akupunkturgruppen unterschieden sich zwar signifikant von der Warteliste - nicht aber untereinander.

Neben einigen von den Autoren selbst erwähnten methodischen Einschränkungen stellt sich die Frage, ob man die Ergebnisse - unabhängig von der Art der Akupunktur - auf hausärztliche Patienten übertragen kann.

Ich habe da meine Zweifel: Zum einen wurden die Studienteilnehmer über Zeitungsanzeigen und nicht etwa in hausärztlichen Praxen rekrutiert (und nur ein sehr kleiner Teil fand sich zur Teilnahme bereit). Zum zweiten kommen bemerkenswert wenige Patienten mit Kopfschmerzen in die Allgemeinpraxis - bekannterweise behandeln sich die meisten Betroffenen entweder selbst oder konsultieren von vorneherein ein Spektrum von Spezialisten bis Heilpraktiker. Da die Akupunktur jedoch als weitgehend nebenwirkungsfreie Therapie gilt, lohnt sich ja vielleicht doch ein Versuch....

Lachen ist gesund, heißt es im Volksmund. Das ist wohl meistens richtig - eine gewisse Ausnahme

scheint die sog. Lachsynkope zu sein, die als Fallbericht von italienischen Autoren im letzten Lancet berichtet wird (Anlage). Nach umfangreichen Untersuchungen gaben die Kollegen dem diesbezüglich sehr erfahrenen und bislang nicht zu Schaden gekommenen Patienten den wirklich bewundernswerten Ratschlag, in Zukunft nicht mehr so herzlich zu lachen. Jetzt kann ich mir endlich erklären, woher der Begriff "lächerlich" kommt....

Wer nachlesen möchte, welche Behandlungsmaßnahmen bei postherpetischer (Zoster)Neuralgie wirksam sind, kann das in einer systematischen Übersichtsarbeit tun, die in der frei zugänglichen Zeitschrift PLoSMedicine erschien (PLoS = Public Library of Science - www.plos.org).

Sir Richard Doll, einer der weitweit renommiertesten Epidemiologen, ist vor wenigen Tagen im Alter von 93 Jahren gestorben. Zusammen mir Sir Austin Bradford Hill konnte er den Zusammenhang zwischen Rauchen und Lungenkrebs nachweisen. Ein Nachruf aus dem BMJ hängt dieser mail an.

Herzliche Grüße
Michael M. Kochen

PS: Da ich in den nächsten Tagen in einen kurzen Sommerurlaub gehe, können Sie eine gewisse "Benefit-Ruhepause" genießen.....

- AcupunctureTensionHeadache_BMJ050730.pdf (122,3 KiB)
- ObituarySirRichardDoll_BMJ2005.pdf (144,7 KiB)
- PostherpeticNeuralgia_SR_PLoS2005.pdf (168,1 KiB)

Zurück