

# Studie des Institutes für angewandte Physiotherapie und Osteopathie

## Abschlussbericht zum Forschungsauftrag - Hochschule Osnabrück

**Hat die Trainingstherapie mit dem Dr. WOLFF Rückentherapie-Center positiven Einfluss auf Schmerz, gesundheitsbezogene Lebensqualität und funktionelle Beeinträchtigung von Patienten mit unspezifischen lumbalen Rückenschmerzen?**

**Ziel:** In der vorliegenden Studie wurde der Effekt des Trainings mit dem Dr. Wolff Rückentherapie-Center, basierend auf dem Prinzip der segmentalen Stabilisation, auf die Schmerzen, die funktionelle Beeinträchtigung und die gesundheitsbezogene Lebensqualität bei Patienten mit unspezifischen lumbalen Rückenschmerzen untersucht.

**Material und Methode:** 26 (von ursprünglich 34 inkludierten) Mitarbeiter der Fachhochschule Osnabrück (17 männlich, 9 weiblich, Durchschnittsalter: 43,12 Jahre) absolvierten über achtzehn Einheiten ein Training an dem Dr. Wolff Rückentherapie-Center. Mithilfe von zwei Fragebögen konnten die Probanden vor und nach der gesamten Intervention Angaben zu ihrer funktionellen Beeinträchtigung (Oswestry Disability Index) und ihrer gesundheitsbezogenen Lebensqualität (SF-36 Health Survey) machen. Die Schmerzskala (Visuelle Analog Skala) wurde bei dem Einführungsgespräch, vor jedem Training und nach der letzten Trainingseinheit abgefragt.

### Ergebnisse

Bei den Schmerzwerten zeigte sich eine signifikante Veränderung der Schmerzen vom Einführungsgespräch bis nach der letzten Trainingseinheit ( $p=0,000$ ). Die Einschätzung der funktionellen Beeinträchtigung durch den Oswestry Disability Index hat sich über die Interventionszeit ebenfalls signifikant verbessert ( $p=0,001$ ). Der SF-36 spiegelte die gesundheitsbezogene Lebensqualität wieder. Vier der acht Skalen dieses Fragebogens lieferten signifikante Ergebnisse (körperliche Funktionsfähigkeit  $p=0,021$ , körperliche Rollenfunktion  $p=0,021$ , körperliche Schmerzen  $p=0,002$ , soziale Funktionsfähigkeit  $p=0,000$ ).

### Schlussfolgerung

Nach dem Training mit dem Dr. Wolff Rückentherapie-Center konnten signifikante Ergebnisse in Bezug auf die Schmerzen und die funktionelle Beeinträchtigung der Probanden festgestellt werden. Bei der gesundheitsbezogenen Lebensqualität lieferten die körperlichen Skalen signifikante Ergebnisse. Das Training scheint sich folglich positiv auf unspezifische lumbale Rückenschmerzen auszuwirken.