

## **Merkblatt „Chronische Kreuzschmerzen“**

---

**Stellungnahme der Bundespsychotherapeutenkammer vom  
25.01.2012**

## Vorbemerkung

Im November letzten Jahres wurde die Nationale VersorgungsLeitlinie Kreuzschmerz (NVL Kreuzschmerz) veröffentlicht. Die NVL Kreuzschmerz wurde unter Einbeziehung aller relevanten Leistungserbringer in einem strukturierten und evidenzbasierten Prozess entwickelt. Neben Empfehlungen zum akuten und subakuten Kreuzschmerz enthält sie Empfehlungen zur Diagnostik und Behandlung des chronischen Kreuzschmerzes. Aus Sicht der BPTK ist nicht nachvollziehbar, weshalb sich das Merkblatt „Chronische Kreuzschmerzen“ an keiner Stelle auf die NVL Kreuzschmerz bezieht bzw. warum diese bei der Erstellung des Merkblatts nicht berücksichtigt wurde.

Zudem stehen die Empfehlungen des Merkblatts teilweise im Widerspruch zu den Aussagen der NVL Kreuzschmerz. So heißt es bspw. in ihrem Merkblatt, dass Studien Hinweise darauf liefern würden, dass Massagen chronische Kreuzschmerzen wirksam lindern können und auch längerfristig die Beeinträchtigung durch die Beschwerden etwas lindern können. Die NVL Kreuzschmerz betont die Bedeutung aktiver Therapien und der Motivierung und Aktivierung des Patienten für die Behandlung des Kreuzschmerzes. Die Empfehlung zu Massagen lautet deshalb: „Zur Therapie subakuter/chronischer nichtspezifischer Beschwerden kann sie in Kombination mit Bewegungstherapie eingesetzt werden.“ Die Empfehlungen der NVL Kreuzschmerz basieren auf einer systematischen Sichtung und Aufbereitung der relevanten Literatur. Das Merkblatt hingegen bezieht sich auf einzelne Reviews und Studien. Aus unserer Sicht wäre es deshalb sinnvoll, die Aussagen des Merkblatts mit den Empfehlungen der NVL Kreuzschmerz abzugleichen bzw. zumindest auf diese zu verweisen.

## Behandlungsmöglichkeiten

Hier heißt es zu Beginn, es gebe eine Reihe von Möglichkeiten zur Behandlung von chronischen Kreuzschmerzen, diese reichten von Bewegung, Rückenschulen und Medikamenten bis zu Akupunktur. Aus unserer Sicht sollte die Aufzählung nach der Bedeutung und Intensität der einzelnen Behandlungsmethoden bei chronischem Rückenschmerz sortiert werden. So spielt die Akupunktur nur eine untergeordnete Rolle bei der Behandlung. Die NVL Kreuzschmerz empfiehlt bspw. nur einen sehr einge-

schränkten Einsatz von Akupunktur bei chronischen Kreuzschmerzen. Wesentliche und effektive Behandlungsmethoden hingegen sind die Bewegungstherapie, die in der NVL Kreuzschmerz als Behandlung der ersten Wahl bei chronischen Kreuzschmerzen genannt wird, sowie Rückenschulen, Verhaltenstherapie und multimodale Behandlungsprogramme. Wir schlagen daher folgende Formulierung vor und regen gleichzeitig an, die Reihenfolge der Behandlungsmethoden im Inhaltsverzeichnis entsprechend anzupassen oder (neutral) nach dem Alphabet zu sortieren:

*„... Sie reichen von Bewegung, Rückenschulen, Verhaltenstherapie bis hin zu multimodalen Behandlungsprogrammen“.*

### **Zusatzelement – Kreuzschmerzen: Warnsignale für eine ernsthafte Ursache**

Neben den aufgeführten so genannten „Red Flags“, die auf eine den Kreuzschmerzen zugrundeliegende ernsthafte Erkrankung hindeuten können, sollten auch die psychosozialen Risikofaktoren (sog. „Yellow Flags“), die für einen Übergang von subakuten zu chronischen Kreuzschmerzen eine entscheidende Rolle spielen, genannt werden. In Studien konnte nachgewiesen werden, dass insbesondere Faktoren wie Depressivität, arbeitsbezogener Stress und ein spezielles „Schmerzverhalten“, das Ängste, Hoffnungslosigkeit und Vermeidungsverhalten fördert, eine Chronifizierung von Kreuzschmerzen fördern. Die NVL Kreuzschmerz empfiehlt deshalb diese Faktoren schon in der hausärztlichen Versorgung zu erheben, wenn die Schmerzen länger als vier Wochen andauern. Bei länger als zwölf Wochen anhaltenden Schmerzen sollte dann neben der körperlichen Untersuchung eine umfassende Prüfung dieser psychosozialen Einflussfaktoren – am besten durch das Zusammenwirken verschiedener Berufsgruppen – erfolgen.

### **Literatur**

PatientenLeitlinie zur Nationalen VersorgungsLeitlinie Kreuzschmerz. Barrierefreie Internetversion Version 1.0 vom 19.12.2011. Hrsg.: Bundesärztekammer, Kassenärztliche Bundesvereinigung, Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (<http://www.versorgungsleitlinien.de/patienten/pdf/nvl-ks-patienten.pdf>).