Patientin mit Fibromyalgie – Welche Therapie ist sinnvoll?

? Ich betreue seit einigen Jahren eine 42-jährige Patientin mit einer Fibromyalgie. Sie läuft von Pontius zu Pilatus. Folge des ständigen Doktoringers sind immer wieder neue Therapieansätze von A wie Akupunktur bis Y wie Yoga. Dazu kommen mehr oder weniger seriöse Behandlungsratschläge aus Illustrierten, mit denen mich die Patientin ständig konfrontiert. Deshalb meine Frage: Was ist gesichert? Was sagen die Leitlinien?

! Das Spektrum der Dinge, die bei diesem komplexen, um nicht zu sagen undankbaren Krankheitsbild empfohlen werden, ist kaum noch überschaubar. Dies beweist, dass der Stein der Weisen bisher noch nicht gefunden wurde. Viele Ärzte verfahren auch nach der sicherlich unwissenschaftlichen Devise: Wer heilt, hat recht. Nichtsdestotrotz haben die Fachgesellschaften entsprechende Leitlinien formuliert, in denen die einzelnen Maßnahmen bzgl. ihrer Evidenz bewertet werden.

Entspannung und Bewegung kombiniert: Yoga.

© Syda Productions / Fotolia

Danach gilt:

- Entspannungsverfahren in Kombination mit einem aeroben Training: Starke Empfehlung (Evidenzlevel (EL) 1a)
- Kognitive Verhaltenstherapie in Kombination mit aeroben Training: Starke Empfehlung (EL 1a)
- Meditative Bewegungstherapien (Tai-Chi, Qigong, Yoga): Starke Empfehlung (EL 1a)
- Amitriptylin (10–50 mg/d) nur zeitlich befristet: Empfehlung (EL 2a)

- Duloxetine (60 mg/d) nur bei komorbiden depressiven Störungen und/oder generalisierter Angststörung: Empfehlung (EL 1a)
- NSAR: Negative Empfehlung (EL 3a)
- Starke Opioide: Stark negative Empfehlung (EL 4a)
- Massage: Stark negative Empfehlung (EL 2a)

Dr. Peter Stiefelhagen

• <http://dgrh.de/leitlinienfms.html>

Hier steht eine Anzeige.

Springer