

Hüftschmerzen

Sport statt Kortison

— Hüftschmerz ist oft Folge einer einseitigen Belastung der oberen Bein- und Hüftmuskulatur. Spezielle physiotherapeutische Übungen sind ein geeignetes Mittel, um die Muskeln und Sehnen wieder ins Lot zu bringen, wie eine australische Studie ergeben hat [Mellor et al. Br J Sports Med 2018; 52(5):284–91].

Die 204 Teilnehmer mit Schmerzen in der seitlichen Hüfte absolvierten entweder mehrmals täglich spezielle physiotherapeutische Übungen (Gruppe 1), erhielten einmalig eine Kortikosteroid-Injektion (Gruppe 2) oder ihnen wurde in einem Gespräch versichert, dass sich die Schmerzen auch ohne Therapie bessern würden (Gruppe 3). Nach acht Wochen hatte sich der Schmerzscore der Patienten in Gruppe 1 gegenüber den anderen Gruppen signifikant reduziert (1,5 in Gruppe 1; 2,7 in Gruppe 2; 3,8 in Gruppe 3). Auch nach 52 Wochen wiesen Patienten in Gruppe 1 noch den geringsten Schmerzscore auf (2,1 in Gruppe 1; 2,3 in Gruppe 2; 3,2 in Gruppe 3), wenngleich der Unterschied nun weniger stark ausgeprägt war. (eb)

Chronische Rückenschmerzen

Pilates kann helfen

— Ein brasilianisch-niederländisches Forscherteam hat in einer Studie demonstriert, dass Pilates dabei helfen kann, Rückenschmerzen zu lindern [Miyamoto et al. Br J Sports Med 2018; doi: 10.1136/bjsports-2017-098825]. Für die Studie wurden 296 Patienten, die seit etwa vier Jahren an unspezifischen Rückenschmerzen litten, zufällig in vier Gruppen eingeteilt. Eine Gruppe erhielt lediglich eine Broschüre mit Informationen über Rückenschmerz (Wartegruppe). Diesen Patienten wurde in Aussicht gestellt, in einem Jahr an einem Pilatestraining teilzunehmen. Die übrigen drei Gruppen durften gleich trainieren: In der einen Gruppe einmal wöchentlich, in den anderen beiden zwei- und dreimal pro Woche, stets jeweils eine Stunde.

Das ganze Programm wurde auf sechs Wochen begrenzt. Primäre Endpunkte waren Änderungen auf einer analogen Schmerzskala sowie Änderungen auf einer Skala bei rückenbeschmerzbedingten Einschränkungen im Alltag. Nach sechs Wochen hatten sich Schmerzen und Alltags Einschränkungen in allen Übungsgruppen



© Hetizia / stock.adobe.com

Regelmäßiges Pilates-Training kann Schmerzen im Alltag von Patienten mit Rückenschmerzen reduzieren.

gegenüber der Wartegruppe signifikant reduziert. Am effektivsten erwies sich ein zweimal wöchentliches Pilatestraining, ein drittes Mal hatte jedoch keinen zusätzlichen Einfluss.

Relativ bescheiden sind aber die Langzeiteffekte: Nach sechs Monaten gab es bei beiden primären Endpunkten fast keine und nach zwölf Monaten überhaupt keine signifikanten Unterschiede mehr zwischen den Gruppen. Pilates hat offensichtlich keinen über die Trainingsdauer hinausgehenden Effekt auf die Beschwerden. (mut)

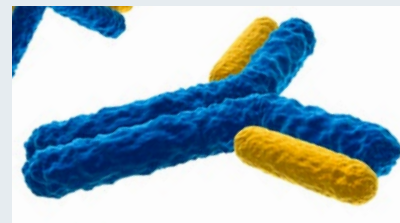
Neues von der Europäischen Arzneimittelagentur

Mit Antikörpern und synthetischer DNA gegen Schmerzen

— Der Ausschuss für Humanarzneimittel (CHMP) der Europäischen Arzneimittel-Agentur (EMA) empfiehlt die Zulassung des humanen, monoklonalen Antikörpers Aimovig™ (Erenumab, Novartis Europharm Limited) zur Migräneprophylaxe. Er bindet und hemmt den Calcitonin Gene-Related Peptide (CGRP)-Rezeptor. CGRP wirkt stark vasodilatativ und spielt eine wichtige Rolle bei der Entstehung von Migräneanfällen. Die Wirksamkeit und Sicherheit von Erenumab wurde in mehreren Studien bestätigt. Patienten mit chronischer Migräne hatten nach drei Behandlungsmonaten im Schnitt 2,5 Migränetage weniger im Monat als Patienten in der Placebogruppe. Bei den Patienten mit

episodischer Migräne betrug die Reduktion gegenüber Placebo je nach Dosis 1,3–1,8 Migränetage.

Auch Tegsedi™ (Inotersen, Ionis USA Ltd) hat eine Zulassungsempfehlung erhalten. Eingesetzt wird es zur Behandlung von Polyneuropathien im Stadium 1 und 2 bei Patienten mit familiärer Transthyretin-Amyloidose. Inotersen ist ein kurzes Stück synthetische DNA, das an die DNA in den Transthyretin-produzierenden Zellen bindet und dadurch offenbar die Transthyretin- und damit die Amyloidbildung reduziert. Das Medikament erzielte klinisch relevante Effekte in einer Studie mit Polyneuropathiepatienten in Stadium 1



© Ingram_Publishing/iStock

Die Zulassung von Erenumab für die Migräneprophylaxe wurde empfohlen.

und 2. Ob es auch in Stadium 3 wirksam ist, wurde bislang nicht gezeigt.

Zudem beginnt der CHMP die Überprüfung von Schmerzmitteln, die den Wirkstoff Metamizol enthalten. Derzeit herrschen zwischen den einzelnen EU-Mitgliedsstaaten beträchtliche Unterschiede hinsichtlich der empfohlenen täglichen Höchstdosis und auch hinsichtlich der Kontraindikation bei schwangeren und stillenden Frauen. (eb)