

Was hilft bei der Fibromyalgie?

Bei der Fibromyalgie können nur wenige Therapien die Schmerzen lindern

Fragestellung: Welche Behandlungen haben bei der Fibromyalgie einen positiven Einfluss auf die Schmerzintensität und die Lebensqualität?

Hintergrund: Die Fibromyalgie ist eine chronische Erkrankung ungeklärter Ätiologie, die mit generalisiertem Schmerzen, Müdigkeit, Schlafstörungen, Störungen von Aufmerksamkeit und Kognition sowie Angst einhergeht. Die Prävalenz in der Allgemeinbevölkerung liegt zwischen 0,2 % und 5 %. Es existiert mittlerweile eine fast unübersehbare Zahl von Therapien, von denen viele auch schon in randomisierten placebokontrollierten Studien untersucht wurden. Die Autoren wollten die Wirksamkeit solcher Therapien im Rahmen einer Metaanalyse der bisher durchgeführten Studien evaluieren.

Patienten und Methodik: Zunächst wurde eine systematische Literaturrecherche durchgeführt. Die Qualität der einzelnen Studien wurde mithilfe des GRADE-Systems beurteilt. Die primären Endpunkte in der Metaanalyse waren die Schmerzintensität, gemessen auf einer visuellen Analogskala oder einer numerischen Rating Skala, und die Lebensqualität, die mit dem Fibromyalgia-Impact-Fragebogen erfasst wurde.

Mascarenhas RO, Souza MB, Oliveira MX et al. Association of therapies with reduced pain and improved quality of life in patients with fibromyalgia: A systematic Review and meta-analysis. JAMA Intern Med 2021; 181: 104–12

Ergebnisse: Insgesamt wurden 224 Studien mit 29.962 Teilnehmern eingeschlossen. Eine wissenschaftliche Evidenz für eine kurzfristige Wirksamkeit fand sich für die kognitive Verhaltenstherapie (gewichteter Mittelwert [WMD] -0,9; 95 %-Konfidenzintervall [KI]: -1,4 bis -0,3) für Schmerzen. Auf mittlere Sicht ergab sich für die Reduktion der Schmerzen eine Wirksamkeit für Natriumoxibat (WMD -1,2; 95 %-KI: -1,6 bis -0,8) und Antidepressiva (WMD -0,5; 95 %-KI: -0,7 bis -0,4). Bezogen auf die Lebensqualität fand sich eine Wirkung für die kognitive Verhaltenstherapie und für Antidepressiva (WMD -6,8; 95 %-KI: -8,5 bis -5,2) und Natriumoxibat (WMD, -8,7; 95 %-KI: -11,3 bis -6,0). Allerdings waren die Zusammenhänge schwach und die Wirksamkeit erreichte nicht die Schwelle für eine minimale klinisch wichtige Veränderung (2 Punkte auf einer 11-Punkte-Skala für Schmerzen und 14 Punkte auf einer 101-Punkte-Skala für die Lebensqualität). Langfristige Effekte ließen sich für keine der untersuchten Therapien nachweisen. Es ergab sich eine schwache Evidenz für transkutane elektrische Nervenstimulation, transkranielle Magnetstimulation, Akupunktur, Sport, Manualtherapie, Krankengymnastik und Nahrungsergänzungstoffe. Unwirksam waren Analgetika, Opioide und Biofeedback.

Schlussfolgerungen: Diese systematische Übersicht und Metaanalyse legt nahe, dass es für die meisten der derzeit verfügbaren Therapien für die Behandlung von Fibromyalgie keine Studien mit hoher Evidenz gibt. Einige Therapien können die Schmerzen reduzieren und die Lebensqualität verbessern.

– Kommentar von Hans-Christoph Diener, Essen

Hoher Bedarf an weiteren qualitativ hochwertigen Therapiestudien

Die vorliegende Metaanalyse lässt den Arzt, der Patienten mit Fibromyalgie betreut, weitgehend ratlos zurück. Die Schluss-

folgerungen, dass es für die meisten in randomisierten Studien untersuchten Behandlungen keine oder nur eine geringe Evidenz für eine Wirksamkeit gibt, ist im klinischen Alltag nicht wirklich hilfreich. Die wesentliche Schlussfolgerung aus den generierten Daten ist offenbar, dass es noch einen sehr hohen Bedarf an weiteren qualitativ hochwertigen Therapiestudien gibt. In Übereinstimmung mit der AWMF-Leitlinie Fibromyalgiesyndrom werden Antidepressiva empfohlen [1]. Das offenbar wirksame Natriumoxibat ist in Deutschland für die Indikation Fibromyalgiesyndrom nicht zugelassen. Folgt man den wissenschaftlichen Daten ist wahrscheinlich doch die kognitive Verhaltenstherapie und die Kombination von medikamentösen und nicht medikamentösen Maßnahmen am wirksamsten. Wichtig ist auch die Erkenntnis, dass Analgetika und insbesondere Opioide nicht wirksam sind.

SpringerMedizin.de

Fibromyalgie-Symptomatik bei älteren Patienten

Die Fibromyalgie (FMS) verändert sich in ihrer Symptomatik im Laufe des Lebens, sodass sich jüngere und ältere Patienten in ihrem Beschwerdebild unterscheiden. Eine Besserung im Alter ist nicht zu erwarten. Wichtig ist es deshalb, die Besonderheiten im Alter zu kennen, um eine FMS von anderen Erkrankungen abgrenzen und entsprechend leitliniengerecht behandeln zu können. Die WHO hat die FMS 2014 als eigenständige Erkrankung anerkannt. Da sie nicht heilbar ist, tritt sie im Alter gehäuft auf. Die Lebenserwartung ist dadurch allerdings nicht unbedingt verkürzt. Im Jahr 2020 waren 2–4 % der Bevölkerung in den westlichen Industrienationen von FMS betroffen. Den Artikel finden Sie, indem Sie den Titel in die Suche eingeben.

Referenz

1. www.uni-duesseldorf.de/AWMF/II/145-004.htm