

Prävention unspezifischer Rückenschmerzen: Ein Beitrag zur Diagnostik psychosozialer Risikofaktoren bei Athleten

Preventing Low Back Pain: Diagnosis of Psychosocial Risk Factors in Athletes (MiSpEx Network)

ACCEPTED: June 2018

PUBLISHED ONLINE: July 2018

DOI: 10.5960/dzsm.2018.338

Wippert P-M, Puschmann A-K, Gantz S, Pfeifer A-C, de Witt Huberts J, Neubauer E, Riewe E, Schiltenswolf M. Preventing low back pain: diagnosis of psychosocial risk factors in athletes (MiSpEx Network). *Dtsch Z Sportmed.* 2018; 69: 267-273.

Einleitung

Die Entstehung von chronisch unspezifischem Rückenschmerz (CURS) wird auf ein multifaktorielles Ätiologiemodell zurückgeführt, bei dem psychosoziale Risikofaktoren evident sind. In der Nationalen Versorgungsleitlinie zur Diagnostik und Therapie von Kreuzschmerz wird daher ein frühzeitiges Screening solcher Faktoren empfohlen, um die medizinische Diagnostik zu ergänzen und auf dieser Basis personalisierte präventive und therapeutische Interventionen ableiten zu können. Bei Athleten werden die Schmerztoleranz, das Schmerzverhalten, die Stressbelastung sowie die Qualität des sozialen und medizinischen Versorgungskontexts als relevante psychosoziale Risikofaktoren eingeschätzt. Bisher entwickelte Screenings sind jedoch kaum auf den Lebenskontext von Athleten ausgerichtet. Sie wurden vielmehr an Patientengruppen entwickelt. Des Weiteren sind keine Rückschlüsse zum moderierenden Einfluss von psychosozialen Risikofaktoren auf die individuelle Adaptationsfähigkeit sowie Response/Non-Response auf körperliches Training möglich.

Design der Arbeit

An dieser Stelle setzt das bundesweite Forschungsprojekt Medicine in Spine Exercise (MiSpEx) an: Es wurde ein psychosoziales Screeninginstrument entwickelt, das 1) zuverlässig das Risiko für Schmerzchronifizierung, Beeinträchtigung oder längere Ausfallzeit bei CURS vorhersagt (Risikoindex; RSI) und ein weiteres, das 2) ableitet, ob eine individuelle Risikolage in den genannten Bereichen vorliegt, die eine Non-Response auf unimodales Training erwarten lässt und somit eine multimodale Behandlung notwendig macht (Präventionsindex; RPI-S). Dabei wird das Training durch verhaltenstherapiebasierte Bausteine ergänzt, welche die entsprechenden Risikofaktoren gezielt adressieren.

Ergebnisse und Diskussion

Beide Instrumente ergänzen die im MiSpEx Netzwerk entwickelten funktionellen Indices um die psychosozialen Risikobereiche Schmerzerleben, psychophysische Stressbelastung, medizinischer Versorgungskontext und sozialer Lebenskontext. Damit leisten sie einen Beitrag zu passgenauen Interventionsstrategien, die individuelle Bedürfnisse und Vermögen der von CURS betroffenen Patienten oder Athleten berücksichtigen.

Fazit für die Praxis

Fakt 1: Biopsychosoziale Risikofaktoren spielen in der multifaktoriellen Ätiologie chronisch unspezifischer Rückenschmerzen auch bei Athleten eine wichtige Rolle und sollten auch hier frühzeitig identifiziert werden.

Fakt 2: Mit den im MiSpEx-Forschungsnetzwerk entwickelten Screening-Instrumenten RSI und RPI-S lassen sich biopsychosoziale Risikofaktoren identifizieren, die einen Einfluss auf den Interventionserfolg haben. Damit wird auch eine gezielte individuelle Zuteilung der Betroffenen zu uni- oder multimodalen Therapieformen möglich. ■

1. UNIVERSITÄT POTSDAM, *Sport- und Gesundheitssoziologie, Potsdam*
2. ETH ZÜRICH, *Departement für Gesundheitswissenschaften und Technologie, Zürich, Schweiz*
3. UNIVERSITÄTSKLINIKUM HEIDELBERG, *Konservative Orthopädie und Schmerztherapie, Zentrum für Orthopädie, Unfallchirurgie und Paraplegiologie, Heidelberg*



Article incorporates the Creative Commons Attribution – Non Commercial License.
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>



QR-Code scannen und Artikel online lesen.

KORRESPONDENZADRESSE:

Pia-Maria Wippert
Universität Potsdam
Sport- und Gesundheitssoziologie
Am Neuen Palais 10
14469 Potsdam
✉: wippert@uni-potsdam.de