

Rückengesundheit - Wirksamkeit bewegungs- und verhaltensbezogener Interventionen in der Nachsorge

RÜCKGEWINN

Hintergrund

Da zur langfristigen Verbesserung von Schmerz und Funktionskapazität bei Rückenschmerz eine hohe Interventionsintensität bzw. ein hoher Umfang notwendig zu sein (> 100 Therapiestunden) scheint, bieten zielgerichtete und differenzierte Nachsorgemaßnahmen, insbesondere in der Rehabilitation von Rückenschmerzen, die Möglichkeit, positive Effekte einer meist dreiwöchigen Rehabilitationsmaßnahme, nachhaltig zu sichern oder zu intensivieren.

Zielsetzung und Fragestellung

Zielsetzung ist die Entwicklung, die modellhafte Umsetzung und Evaluation eines indikationsspezifischen Nachsorgekonzepts, das die im Rahmen stationärer Rehabilitationsmaßnahmen erzielten Interventionseffekte verstärkt und nachhaltig sichert.

Fragestellung: Überprüft werden soll die Wirksamkeit der Einführung eines spezifischen Nachsorgeangebots für Menschen mit chronischen Rückenschmerzen im Vergleich zu dem derzeit üblichen Vorgehen im Hinblick auf schmerzbedingte Funktionseinschränkungen, Angst-Vermeidungsverhalten sowie schmerzbezogene Kognitionen.

Interventionskonzept

Ein spezifisches Nachsorgeangebot soll an die in der Rehabilitation erzielten Erfolge anknüpfen und das aktive Selbstmanagement der Rehabilitanden stärken, indem sowohl physische Eigenschaften als auch Prozesse der Verhaltens- und Einstellungsänderung berücksichtigt werden. Durch den modularen Aufbau kann das Interventionskonzept zielgerichtet und differenziert auf die für chronischen Rückenschmerz relevanten Faktoren einwirken.

Design und Methode

faktorielles experimentelles Design:

Multizentrische, prospektive, 3-armige, randomisierte kontrollierte Studie mit konsekutivem Probandeneinschluss

Messzeitpunkte:

Reha-Beginn, Reha-Ende, 12-Monats-Katamnese

Zielgruppe:

Rehabilitanden mit chronisch-rezidivierenden und chronischen unspezifischen Rückenschmerzen (Reha-Hauptdiagnose (ICD-10): M54.4 - M54.9, M51.2 - M51.9, M53.8 - M53.9)

Stichprobe:

N = 456 Rehabilitanden aus dem Großraum Berlin

primäre Zielgröße:

rückenschmerzbedingte Funktionseinschränkungen

Erwartete Ergebnisse

Erwartet wird die Überlegenheit des spezifischen Nachsorgeprogramms in Bezug auf die beschriebenen Outcome-Variablen. Die Nutzbarkeit des Programms besteht in der Übertragung in die Routineversorgung und ist auch durch entwickelte Manuale mit strukturierten Inhalten, Medien und Organisationshilfen sowie Schulungskonzepten für Übungsleiter in der Nachsorge gegeben.

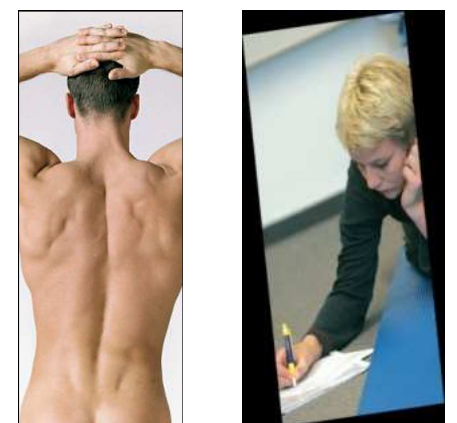
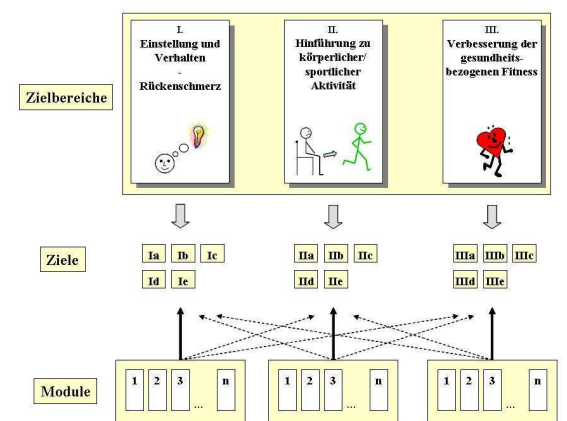
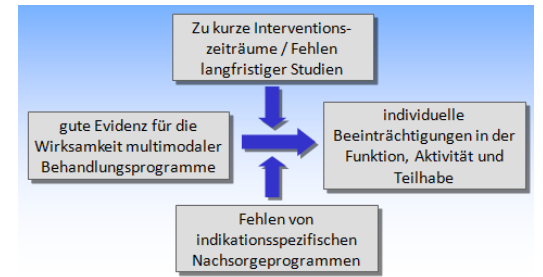
Verantwortliche Wissenschaftler:

Prof. Dr. Klaus Pfeifer, Christian Hentschke

Auftraggeber:

Deutsche Rentenversicherung Bund (DRV Bund)

Zeitraum: 2008-2011



Kontakt

Christian Hentschke
Universität Erlangen-Nürnberg
Institut für Sportwissenschaft und Sport
Gebbertstr. 123b
D-91058 Erlangen
Christian.Hentschke@sport.uni-erlangen.de