



Rehabilitationsklinik Bad Salzemen

MultiMove-Studie untersucht Effekte eines multimodalen Therapieprogramms

Rückenschmerzen zählen zu den größten Volkskrankheiten in Deutschland. Sie führen zu krankheitsbedingten Arbeitsausfällen, beeinträchtigen die Haltungskontrolle und verändern das Gangbild. Als Möglichkeit der Therapie besteht ein multimodales Programm, dessen Effekte nun in der Rehabilitationsklinik Bad Salzemen untersucht worden sind. Hierfür arbeiteten Kolleginnen und Kollegen aus der ärztlichen und therapeutischen Abteilung mit Studierenden des Lehrstuhls für Gesundheit und körperliche Aktivität der Otto-von-Guericke Universität Magdeburg zusammen.

Das Programm enthält motorisch-funktionelle Stabilisierungsübungen, Koordinations- sowie Tanztrainings, die täglich in einer 30-minütigen Übungseinheit ausgeführt wurden. Zum Vergleich absolvierte eine Kontrollgruppe das standardisierte Therapieprogramm in Form von dreimal wöchentlichem Kraft- und Koordinationstraining. Die Studie wurde über einen Zeitraum von insgesamt 9 Wochen durchgeführt. Nachgewiesen werden konnten positive Effekte hinsichtlich der Beweglichkeit des Rumpfes und der funktionellen Mobilität.



Foto: Reha Klinik

An der Studie „MultiMove“ nahmen Rehabilitanden teil, die bereits länger als drei Monate an chronischen Rückenschmerzen litten. Zu Beginn der Reha-Maßnahme wurden kognitive und motorische Tests durchgeführt sowie ein psychosozialer Fragebogen ausgefüllt. Im Zeitraum der Abreise wurden diese Tests wiederholt. In einer Interventionsgruppe setzten die Rehabilitanden in den jeweiligen drei Wochen ihres Reha-Aufenthaltes die Übungen des multimo-

Auch das Gangbild, die kognitive Leistungsfähigkeit sowie Teilaspekte der Lebensqualität wurden im Rahmen des multimodalen Therapieprogrammes verbessert. Akute, chronische und Bewegungsschmerzen konnten reduziert werden.

Eine Weiterführung der Studie wird derzeit geplant. Untersucht werden soll der Effekt von Wassergymnastik-Modulen, die das multimodale Therapieprogramm zukünftig ergänzen.