

Durchführung einer randomisierten Pilotstudie über die Machbarkeit einer Studie zur Wirksamkeit der Alexander-Technik in der Bewegungs-Rehabilitation nach HWS-Distorsionstrauma im Rahmen bestehender Strukturen in einer Zürcher Praxis für orthopädische Traumatologie.

Zielsetzung: Abklärung, ob eine grösser angelegte Studie zur Wirksamkeit der Alexander-Technik nach Beschleunigungstrauma der Halswirbelsäule machbar ist.

Design: Randomisierte klinische zweiarmlige Pilotstudie: 12 Studienteilnehmer (TN) wurden im Verhältnis 1:1 einer von zwei Gruppen randomisiert zugeordnet.

Intervention: Die TN erhielten zusätzlich zu ihrer Behandlung entweder eine Intervention mit 9 Sitzungen Alexander-Technik oder 9 Sitzungen physiotherapeutischen Massnahmen.

Setting war eine Zürcher Arztpraxis für orthopädische Traumatologie.

Messdaten: Es wurden die Messdaten Neck Disability Index, Bewegungsumfang der Halswirbelsäule und Arbeitsfähigkeit an drei Zeitpunkten erhoben: vor Intervention, nach 9 Sitzungen und ca. 4-6 Wochen nach der letzten Sitzung. Verblindung von Therapeuten und TN war nicht möglich. Für die Auswertung der CROM Resultate war die Assessorin gegenüber der Intervention verblindet; sie hatte keinen Kontakt zu den TN.

Resultate: Es konnten genügend Probanden rekrutiert werden, die den Auswahlkriterien entsprachen und sich randomisieren liessen. Die Compliance der Probanden war gemischt: no show oder kurzfristige Absagen gab es ebenso wie hohe Compliance. Bei 9 von 12 TN konnten vollständige Messdaten erhoben werden. Der Arzt liess Randomisierung zu und die Unterstützung von den beteiligten Physiotherapeuten lag bei 75%. Eine unabhängige Outcome-Assessorin konnte gefunden werden. Die gewählten Instrumente Neck Disability Index-Fragebogen, das Cervical Range of Motion – Messgerät haben sich als geeignete, aussagekräftige Messinstrumente bestätigt: der Zustand vor, während und nach der Intervention konnte damit erhoben werden. Mit beiden Instrumenten lassen sich Unterschiede messen; zusammen sind sie sensibel genug, um Aussagen zur Entwicklung der Arbeitsfähigkeit beim Patienten zu machen. Als Messinstrumente sind sie geeignete Indikatoren, die statistisch signifikant assoziiert sind.

Praktische Schlussfolgerung: Eine weiterführende Studie im gewählten Design mit den gewählten Instrumenten ist machbar. Die Möglichkeiten für Rekrutierung einer grossen Probandenzahl (100 und mehr Patienten) sind eingeschränkt. Der NDI - Fragebogen könnte für Beschleunigungstrauma der HWS mit einer skalierten Skala (10_50_100%) versehen und sinnvoller ausgefüllt werden.

Genehmigung: Die Genehmigung der Studie wurde durch die Kantonale Ethikkommission am 19.09.2008 erteilt (KEK-StV-Nr. 41/08).