

Was bleibt in der Routine? – Gesundheitsverhalten chronischer Kopfschmerzpatienten 1 Jahr nach multimodaler teilstationärer Therapie

Britta Fraunberger¹, Patricia Albert¹, Christa Geiß¹, Carolin Donath²

¹ Interdisziplinäres Schmerzzentrum

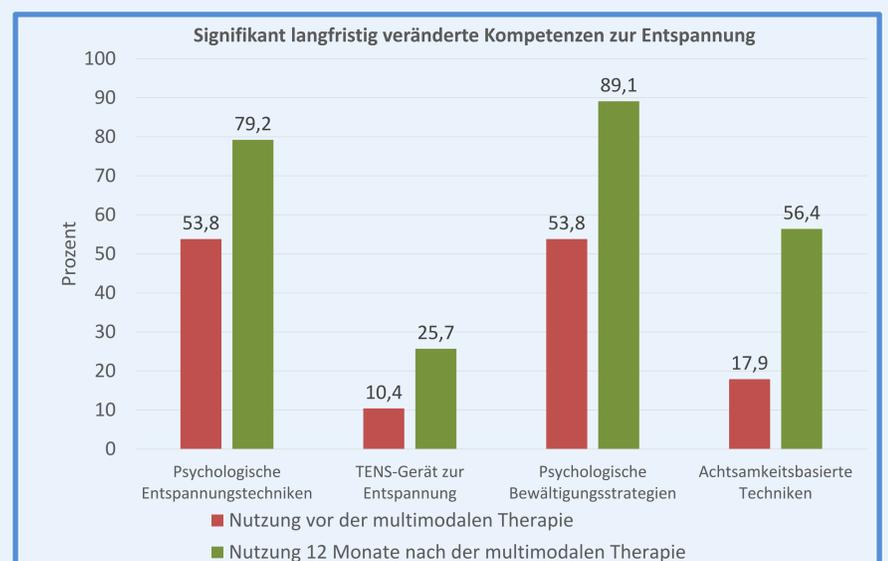
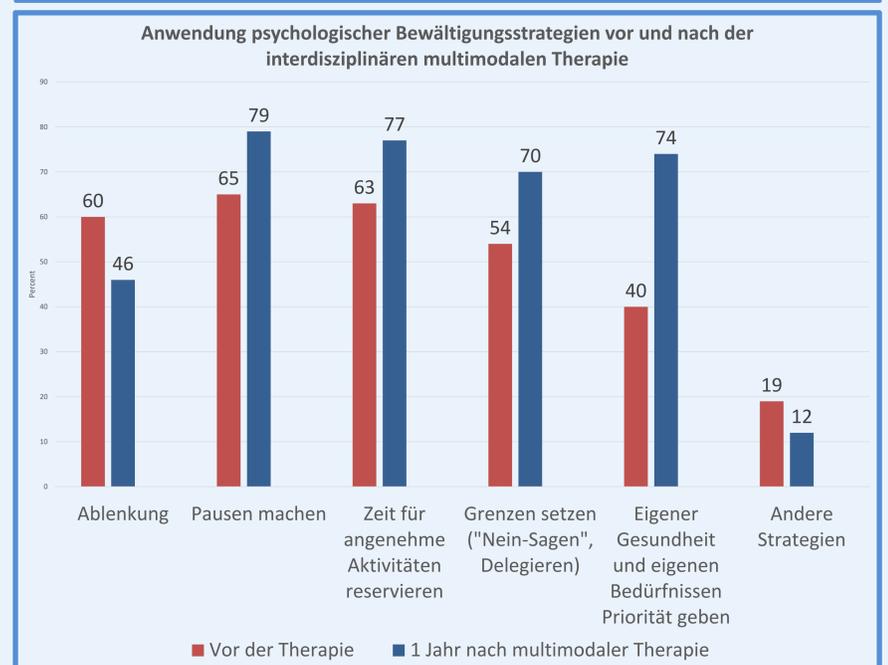
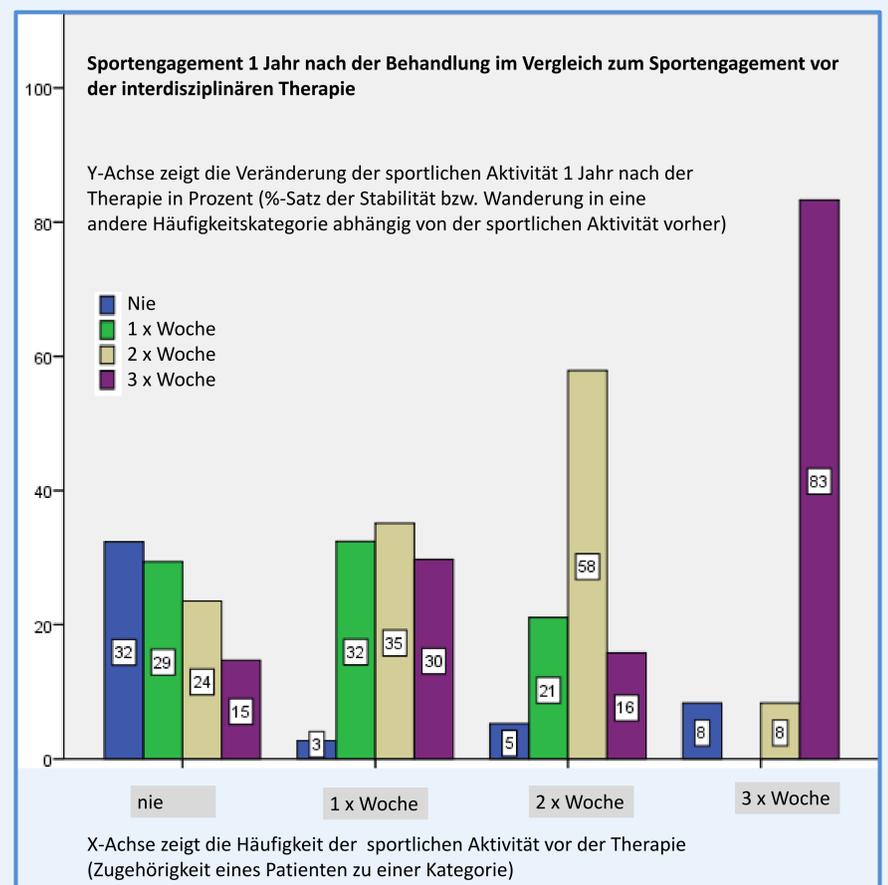
² Medizinische Psychologie und Medizinische Soziologie, Zentrum für Medizinische Versorgungsforschung, Psychiatrische und Psychotherapeutische Klinik

Hintergrund: Wir wissen noch nicht, ob und inwieweit die multimodale Therapie das Gesundheitsverhalten und die Inanspruchnahme von Gesundheitsleistungen von chronischen Kopfschmerzpatienten langfristig verändert. Erwartet werden Zusammenhänge zwischen weiter bestehender Schmerzsymptomatik und erlernten Schmerzmanagementfähigkeiten sowie Unterschiede zwischen Patienten, die als erfolgreich behandelt eingestuft werden und solchen, die als unverändert beschrieben werden.

Methodik: Routinelängsschnittdaten aus einem Erfassungszeitraum von fünf Jahren (2015 – 2020) von 101 Kopfschmerzpatienten, die mit einem zweiwöchigen, ganztägigen, teilstationären multimodalen Schmerztherapieprogramm am Interdisziplinären Schmerzzentrum des Universitätsklinikums Erlangen behandelt wurden, lagen zu Therapiebeginn und 12 Monate nach der Behandlung vor. Zur Untersuchung der langfristigen Veränderungen im Gesundheitsverhalten und bzgl. der Inanspruchnahme von Gesundheitsleistungen sowie deren Zusammenhänge mit dem Outcome "Reduktion der Schmerztage" haben wir deskriptive, inferenzstatistische und multivariate Methoden genutzt.

Ergebnisse: Patienten, die sich einer interdisziplinären Behandlung unterzogen, zeigten in 5 Bereichen statistisch signifikante Veränderungen: 12 Monate nach Behandlung fanden wir ein signifikant höheres Engagements im Sport ($p < .001$) sowie eine Zunahme bei der Anwendung von psychologischen Entspannungstechniken ($p < .001$), bei der Nutzung von TENS-Geräten zur Entspannung ($p = .008$), bei der Anwendung psychologischer Bewältigungsstrategien ($p < .001$) und achtsamkeitsbasierter Techniken zum Umgang mit Schmerz ($p < .001$) (Benjamini-Hochberg korrigierte p-Werte). 52,8 % der Stichprobe berichteten 12 Monate nach Behandlung eine Verringerung der Anzahl der Schmerztage. Eine binäre logistische Regression ($\chi^2(12) = 21,419$; $p = 0,045$; $R^2 = 0,255$) ergab, dass eine Verringerung der Schmerztage 12 Monate nach der Behandlung positiv mit regelmäßiger körperlicher Aktivität in Form von Muskelkräftigung und Dehnung assoziiert war ($p = .012$).

Schlussfolgerung: Chronische Kopfschmerzpatienten erwerben durch eine interdisziplinäre Behandlung langfristige Fertigkeiten in Bezug auf Entspannungsverfahren, die Anwendung psychologischer Bewältigungsstrategien und regelmäßiger körperlicher Aktivität in Form von sportlicher Bewegung. Regelmäßige sportliche Betätigung im Alltag war langfristig positiv mit einer geringeren Anzahl von Schmerztagen assoziiert. **Ein Modul zur Vermittlung von körperlicher Aktivität und deren Integration in den Alltag sollte ein zwingender Bestandteil der interdisziplinären Behandlung von chronischen Kopfschmerzpatienten sein.**



Literatur:

Donath, C., Luttenberger, K., Geiß, C., Albert, P. & Fraunberger, B. (2022). Chronic headache patients' health behavior and health service use 12 months after interdisciplinary treatment – What do they keep in their daily routines? *BMC Neurology* 2022, 22:149.

Kontakt:

carolin.donath@uk-erlangen.de

britta.fraunberger@uk-erlangen.de