

Forschungsstelle Physiotherapiewissenschaft

Nackenschmerzen im Fokus

Beschwerden aufgrund von Nackenschmerzen und Schleudertrauma stellen ein erhebliches Gesundheitsproblem dar. Jede zweite Person leidet im Laufe des Lebens einmal an Nackenschmerzen. Die Behandlungsmöglichkeiten von Nackenschmerzen sind trotz grossen medizinischen Fortschritten noch immer unbefriedigend, es braucht dringend weitere Forschung. Diese wissenschaftliche Studie untersucht den Zusammenhang zwischen körperlichen und psychosozialen Faktoren bei Nackenbeschwerden. Dafür werden Personen mit Nackenschmerzen oder Schleudertrauma während eines Jahres begleitet. Erkenntnisse aus dieser Studie sind relevant für die Prävention und zukünftige Behandlung von Nackenbeschwerden.

Ausgangslage

Chronische Nackenbeschwerden bedeuten eine grosse Belastung für betroffene Personen, da sie die Lebensqualität und die Erwerbstätigkeit beeinträchtigen. Dabei entstehen wirtschaftliche Folgen durch hohe Gesundheits- und Sozialkosten. Die genauen Mechanismen, die zu anhaltenden Nackenschmerzen führen, sind wenig bekannt. Neueste wissenschaftliche Erkenntnisse zeigen einen engen Zusammenhang zwischen körperlichen und psychosozialen Faktoren, die den Verlauf von Nackenschmerzen beeinflussen können. Bekannte psychosoziale Risikofaktoren sind zum Beispiel:

- Stress, Depression, oder Angst
- Unrealistische Einschätzung des Schweregrades der Nackenschmerzen und des Verlaufs

- zu passive oder überaktive Verhaltensweisen wie zum Beispiel eine ausgeprägte Schonhaltung oder lange statische Aktivität ohne Pause
 - ungenügende Bewältigungsmechanismen.
- Trotz des Wissens über vielfältige Einflussfaktoren bei Schmerzen, wird die Ursache für Nackenschmerzen dennoch häufig im körperlichen Bereich gesucht und behandelt. Eine frühzeitige Berücksichtigung aller Faktoren, die tatsächlich bei einer Chronifizierung von Nackenschmerzen eine Rolle spielen, würde viel Leid und hohe Kosten sparen.

Zielsetzung

Die vorliegende Studie möchte erstmals über einen längeren Zeitraum gleichzeitig klinische Faktoren, wie Schmerzen, Körperwahrnehmung oder Bewegungskontrolle und psychosoziale Faktoren, wie

Stress oder Depression, bei Personen mit Nackenbeschwerden erheben und in einen Zusammenhang bringen. Zusätzlich werden bei einer Gruppe von Teilnehmenden mögliche Veränderungen der verarbeitenden Netzwerke im Gehirn mit funktionellem MRI verfolgt.

Die Ergebnisse dieser Studie sollen helfen Zusammenhänge zu verstehen, speziell, warum die Schmerzen bestehen bleiben, und neue Ansätze für Therapie und Prävention zu entwickeln.

Methode und Vorgehen

Die Langzeitstudie dauert 12 Monate und umfasst 3-mal eine körperliche Untersuchung und 4-mal eine Erhebung mittels Online-Fragebogen.

Einschlusskriterien:

- Nackenschmerzen oder ein Schleudertrauma seit höchstens vier Wochen
- Bei wiederkehrenden Nackenschmerzen mindestens drei Monate vor Beginn der aktuellen Beschwerden schmerzfrei
- 18 bis 65 Jahre alt
- Deutschkenntnisse zur Beantwortung der Online-Fragebogen

Körperliche Untersuchung:

Teilnahme an drei Untersuchungen in lokalen Testzentren

- 1, 3 und 6 Monate nach Beginn der Nackenschmerzen (Schmerzempfinden, Körperwahrnehmung, und Bewegungskontrolle)
- Monat 1 und 6: Abgabe einer Haarprobe für eine Analyse der Stresshormone
- Dauer der Untersuchung ca. 30-60 Minuten.
- Falls möglich Messung mit funktionellem MRI; Dauer: ca. 90 Minuten.

Fragebogen

Teilnahme am Online-Fragebogen am PC oder Smartphone an vier Terminen innerhalb eines Jahrs

- 1, 3, 6 und 12 Monate nach Beginn der Nackenschmerzen (Schmerzempfinden, psychosoziale Faktoren und körperliche Aktivität)

Die Beantwortung dieser Fragen dauert ca. 30 Minuten.

Alle Daten werden streng vertraulich behandelt. Bei Nichtzustandekommen der Teilnahme werden die personenbezogenen Daten gelöscht.

Projektleitung

Dr. Sabina Hotz Boendermaker

Projektdauer

01.05.2022 – 30.04.2026

Projektteam

Prof. Dr. Hannu Luomajoki

Leah Reicherzer, MSc

Rita Morf, MSc, cand. PhD

Projektpartner

Universitätsspital Zürich, Abteilung für Neuroradiologie

Medbase Gruppe

Medbase Winterthur Archhöfe

Physion Meilen

Finanzierung

Die Studie wird vom Schweizerischen Nationalfonds (SNF) mit Fördermitteln finanziert.

Projektstatus

laufend

Kontakt

ZHAW Departement Gesundheit

Forschung & Entwicklung Physiotherapie

Dr. Sabina Hotz Boendermaker

Katharina-Sulzer-Platz 9

Postfach

CH-8401 Winterthur

Telefon: +41 58 934 64 01

E-Mail: nackenschmerzen.gesundheit@zhaw.ch

www.zhaw.ch/gesundheit