

**Deutscher Schmerz- und Palliativtag 2008**  
**19. Deutscher Interdisziplinärer Schmerz- und Palliativkongress**  
**Frankfurt, 06.03 – 08.03.2008**

**Dr. med. Thomas Rampp**  
**Oberarzt, Innere Medizin V, Naturheilkunde und Integrative Medizin**  
**am Lehrstuhl für Naturheilkunde der Universität Duisburg-Essen**  
**Kliniken Essen-Mitte/Knappschafts-Krankenhaus**  
**thomas.rampp@uni-duisburg-essen.de**

**Naturheilkunde und komplementäre Verfahren in der**  
**Schmerztherapie - aus der Klinik für die Praxis**

Seit Jahren sehen wir uns in Klinik und Praxis einer wachsenden Zahl von chronischen Schmerzpatienten gegenüber. In vielen Fällen ist ein konventioneller schmerztherapeutischer Ansatz erfolgreich und ausreichend. Treten allerdings Nebenwirkungen auf, oder liegen schwerwiegende Komorbiditäten vor, die eine leitliniengerechte Behandlung unmöglich machen, ist oftmals ein komplementärer Therapieansatz indiziert.

Die Kombination von naturheilkundlichen, in der Regel nicht-medikamentösen Verfahren mit konventioneller Schmerztherapie führt oft zu dauerhafter Schmerzmittelreduktion oder im Idealfall zu einem kompletten Absetzen der Schmerzmedikation bei gesteigerter Lebensqualität. Indikationsspektrum und aktuelle Studienlage der folgenden Verfahren werden in dem Vortrag vorgestellt und diskutiert: Heilfasten bei chronischer Polyarthrit<sup>6</sup> und Migräne<sup>8</sup>, Blutegeltherapie bei Arthroseschmerzen - insbesondere bei Kniegelenks<sup>5</sup>- und Rhizarthrose<sup>3</sup> sowie bei der Epicondylopathie, Cantharidinpflaster bei schmerzhafter Spinalkanalstenose<sup>7</sup>, Capsaicinsalbe bei Polyneuropathie bzw. chronischem Rückenschmerz<sup>1</sup>, blutiges Schröpfen im Nackenbereich beim Carpal-tunnelsyndrom, die chinesische Münzmassage, das sog. „Gua Sha“ bei chronischen Nackenschmerzen<sup>9</sup> sowie Mind/Body Verfahren, insbesondere Yoga bei Rückenschmerzen<sup>4,10</sup>, sowie mindfulness-based stress-reduction zur allgemeinen Schmerztherapie<sup>2</sup>. Insgesamt sind naturheilkundliche Therapien bei chronischen Schmerzen wirksame, meist kostengünstige und nebenwirkungsarme Therapieoptionen. Sie sollten im klinischen

Alltag im Sinne einer effektiven, individuellen Schmerztherapie breitere Anwendung finden.

### Literatur:

1. Frerick H, Keitel W, Kuhn U, Schmidt S, Bredehorst A, Kulmann M. Topical treatment of chronic low back pain with a capsicum plaster. *Pain*. 2003 Nov;106(1-2):59-64.
2. Grossman P, Niemann L, Schmidt S, Walach H. Mindfulness-based stress reduction and health benefits. A meta-analysis. *J Psychosom Res*. 2004 Jul;57(1):35-43.
3. Michalsen A, Cesur Ö, Afra D, Lütke R, Fink M, Dobos GJ. Leeches Therapy in Osteoarthritis of the thumb joint (rhizarthrosis). A Randomized Controlled Trial. North American Research Conference on Complementary & Integrative Medicine – May 24-27, 2006; Poster Presentation, Abstracts; 31-B29.
4. Michalsen A, Grossman P, Acil A, Langhorst J, Ludtke R, Esch T, Stefano GB, Dobos GJ. Rapid stress reduction and anxiolysis among distressed women as a consequence of a three-month intensive yoga program. *Med Sci Monit*. 2005 Nov 24;11(12):CR555-561
5. Michalsen A, Klotz S, Ludtke R, Moebus S, Spahn G, Dobos GJ. Effectiveness of leech therapy in osteoarthritis of the knee: a randomized, controlled trial. *Ann Intern Med*. 2003 Nov 4;139(9):724-30.
6. Kjeldsen-Kragh J, Haugen M, Borchgrevink CF, Laerum E, Eek M, Mowinkel P, Hovi K, Forre O. Controlled trial of fasting and one-year vegetarian diet in rheumatoid arthritis. *Lancet*. 1991 Oct 12; 338(8772):899-902.
7. Rampp TA, Michalsen A, Deuse U, Lütke R, Spahn G, Dobos GJ. Pain relieving effect of topical cantharidin plaster in patients with lumbar spinal stenosis (2003) *Focus on Complementary and Alternative Medicine (FACT)* 8:531.
8. Schwickert M, Hoffmann B, Moebus S, Michalsen A, Bäcker M, Paul A, Jöckel KH, Dobos G. Lebensqualität bei Migräne – Beobachtungsstudie eines naturheilkundlichen Ansatzes (im Druck).
9. Schwickert M, Michalsen A, Braun M, Nielsen A, Dobos GJ. Effects of Gua Sha in chronic neck pain: results of a randomised controlled (in Vorbereitung).
10. Sherman KJ, Cherkin DC, Erro J, Miglioretti DL, Deyo RA. Comparing yoga, exercise, and a self-care book for chronic low back pain: a randomized, controlled trial. *Ann Intern Med*. 2005 Dec 20; 143(12):849-56.