

Prof. Dr. Winfried Rief

Fachbereich Psychologie

der Philipps-Universität Marburg

AG Klinische Psychologie und Psychotherapie

- Leiter der Psychotherapie-Ambulanz Marburg -



D-35032 Marburg/Lahn

Gutenbergstraße 18

Tel.: 06421 - 28 23641/ - 23657

Fax: 06421 - 28 28904

e-mail: rief@mail.uni-marburg.de

Prof. Dr. W. Rief, FB 04, Gutenbergstr. 18, 35032 Marburg

16. April 2002

Stellungnahme

zum Einsatz von EMG-Biofeedbackgeräten in der Behandlung von chronischen Schmerzzuständen (Kopfschmerz, Rückenschmerz, temporomandibuläre Dysfunktion TMD) sowie weiteren muskulär vermittelten Dysfunktionen (z. B. Bruxismus)

Beim Biofeedback werden durch Geräte körperliche Signale erfasst und den Patienten zurückgemeldet, so dass Patienten durch diese Rückmeldung lernen können, körperliche Prozesse zu beeinflussen. Das Verfahren wurde in den 60er Jahren entdeckt, so dass danach zahlreiche wissenschaftliche Studien zum therapeutischen Einsatz dieser Methode durchgeführt werden konnten. Als besonders hilfreich zeigte sich der Einsatz von EMG-Biofeedback (EMG steht für Elektromyogramm), bei dem die muskuläre Aktivität als Rückmeldesignal verwendet wird.

Zwischenzeitlich liegen für die meisten muskulär-vermittelten Beschwerden wissenschaftlich kontrollierte Therapiestudien vor, die die Wirksamkeit von Biofeedback belegen. So fassen Bogaards u. a. 1994 in der Zeitschrift „Clinical Journal of Pain“ 78 wissenschaftliche Arbeiten zu verschiedenen Behandlungsmethoden des Spannungskopfschmerzes zusammen und stellen fest, dass EMG-Biofeedback zu den effektiven Behandlungsmethoden gerechnet werden muss. Cott et al. (1992) in der Zeitschrift „Pain“ verglichen Biofeedback mit kostengünstigeren Therapieverfahren wie Entspannungstraining. Sie stellten fest, dass EMG-Biofeedback z. B. bei Spannungskopfschmerz deutlich effektiver war und sich deshalb die höheren Kosten rechtfertigen. Auch für Rückenschmerzen liegen entsprechende Arbeiten vor. So stellen z. B. Flor & Birbaumer in einer wissenschaftlichen Therapievergleichsstudie fest, dass durch Biofeedback bessere und langfristig stabilere Erfolge erreicht werden können bei chronischen Rückenschmerzpatienten als durch die klassische medizinische Versorgung (1993 im „Journal of Consulting and Clinical Psychology“).

Ein besonderes Einsatzgebiet von Biofeedback ergab sich in den letzten Jahren auch im Bereich der Inkontinenz, die ebenfalls z. T. als muskulär-vermittelt gewertet werden

muss. So bestätigen Burgio et al. im „Journal of the American Medical Association JAMA“ (1999), dass Biofeedback bessere Behandlungserfolge brachte als die klassische medizinische und medikamentöse Behandlung. Zahlreiche weitere Arbeiten liegen zum Inkontinenzbereich vor, die ebenfalls bestätigen, dass Biofeedback zur Zeit die effektivste nicht-operative Therapieform für diese Störung darstellt.

Auch bei Bruxismus, temporomandibulären Dysfunktionen und zahlreichen weiteren Erkrankungen bietet sich der Einsatz von Biofeedback an und konnte bereits wissenschaftlich fundiert werden. Gerade bei diesen Erkrankungsbildern treten die muskulären Verspannungen oftmals in Situationen auf, wo sie den Patienten nicht bewusst sind. Durch den Einsatz von tragbaren Biofeedbackgeräten können die Patienten bei solchen Erkrankungen jedoch nicht nur in der therapeutischen Sitzung, sondern auch im häuslichen Umfeld trainieren, diese dysfunktionalen muskulären Aktivierungen abzubauen. In vielen Studien konnte belegt werden, dass Therapieerfolge, die zu Hause erreicht werden können, langfristig wirkungsvoller sind als Therapieerfolge, die ausschließlich in der medizinischen Praxis oder Klinik erarbeitet werden. Gerade der Einsatz von tragbaren Biofeedbackgeräten stellt deshalb eine wichtige Hilfe dar, um Therapieerfolge von medizinischen Einrichtungen heraus in das häusliche Umfeld zu übertragen sowie den ärztlich oder psychotherapeutisch angeleiteten Behandlungsplan zu unterstützen. Durch den Einsatz von tragbaren Biofeedbackgeräten ist es deshalb auch möglich, dass der therapeutengeleitete Einsatz reduziert werden kann, da die Selbsthilfemöglichkeiten der Patienten verbessert werden. Gerade in diesem Bereich ist für die Zukunft zu hoffen, dass diese wissenschaftlich fundierten Ergebnisse vermehrt Einzug in der praktischen Versorgung finden, um einerseits zum Wohlbefinden von Patienten beizutragen, andererseits auch unnötige Ausgaben an anderer Stelle zu reduzieren.

An dieser Stelle weisen wir darauf hin, dass an der Philipps-Universität Marburg zur Zeit eine Datenbank erstellt wird, in der alle wissenschaftlichen Studien zum Thema Biofeedback zusammengestellt sind. Soweit Sie nähere Information über diese Datenbank wünschen, stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen



Prof. Dr. Winfried Rief