

Akupunktur und Massage lindern Krebs Schmerzen

Datum: 22.09.2025

Original Titel:

Acupuncture vs Massage for Pain in Patients Living With Advanced Cancer: The IMPACT Randomized Clinical Trial

Kurz & fundiert

- Massage oder Akupunktur gegen Krebs Schmerzen?
- Randomisiert-kontrollierte Studie mit 298 Patienten mit fortgeschrittener Krebserkrankung
- Wöchentliche Behandlung über 10 Wochen, monatlich über 26 Wochen
- Mittlere stärkste Schmerzstärke (Skala: 0 - 10): 6,9
- Reduktion mit Massage: -3,01; mit Akupunktur: -2,53
- Verbesserung von Fatigue, Insomnie sowie Lebensqualität
- Sowohl Massage als auch Akupunktur lindern Schmerzen messbar

MedWiss - Die vorliegende randomisiert-kontrollierte Studie untersuchte die Schmerzlinderung bei fortgeschrittenem Krebs durch Akupunktur versus Massage. Über 26 Wochen mit 298 Patienten konnten keine Unterschiede zwischen beiden Ansätzen gefunden werden: Beide reduzierten die stärksten Schmerzen messbar und verbesserten Symptome wie Fatigue, Insomnie sowie die Lebensqualität der Studienteilnehmer.

Schmerzen sind ein besonders belastendes Problem für Patienten mit fortgeschrittenen Krebserkrankungen. Nicht immer können Medikationen ausreichend Linderung verschaffen. Daher spielen hierbei auch begleitende und ergänzende Ansätze eine wichtige Rolle. Akupunktur und Massage gelten als mögliche Anwendungen, die Patienten mit Krebs Schmerz unterstützen können. Wie effektiv diese Methoden jedoch im Vergleich zueinander sind, war bislang nicht untersucht worden.

Die vorliegende randomisiert-kontrollierte Studie untersuchte die Wirksamkeit von Akupunktur und Massage in Bezug auf muskuloskeletale Schmerzen bei Patienten mit fortgeschrittenem Krebs.

Randomisiert-kontrollierte Studie: Massage oder Akupunktur gegen Krebs Schmerzen?

Die pragmatische klinische Studie wurde randomisiert-kontrolliert in zwei US-Krebszentren zwischen September 2019 und Februar 2022 durchgeführt. Die Nachbeobachtung erfolgte über 26 Wochen. Erwachsene Patienten mit fortgeschrittener Krebserkrankung und mittelschweren oder schweren Schmerzen bei einer durch die behandelnden Ärzte geschätzten Lebenserwartung von mindestens 6 Monaten konnten teilnehmen. Die Teilnehmer erhielten eine wöchentliche Akupunktur- oder Massage-Behandlung über 10 Wochen mit monatlichen Booster-Sitzungen über bis zu 26 Wochen.

Primär untersuchten die Wissenschaftler, ob sich nach 26 Wochen die stärkste Schmerzintensität im

Vergleich zum Beginn der Studie veränderte. Sekundär untersuchte die Studie Effekte auf Symptome wie Fatigue, Insomnie und auf die Lebensqualität. Die Schmerzstärke ermittelte die Studie mit Hilfe einer Skala von 0 bis 10 (Brief Pain Inventory), auf der höhere Werte stärkere Schmerzen oder stärkere Beeinträchtigung durch Schmerzen anzeigen.

Wöchentliche Behandlung über 10 Wochen, monatlich über 26 Wochen bei 298 Patienten

Insgesamt nahmen 298 Patienten im durchschnittlichen Alter von 58,7 Jahren (+/- 14,1 Jahre), davon 200 Frauen (67,1 %), an der Studie teil. 78,5 % der Patienten hatten einen soliden Tumor. Die durchschnittliche stärkste Schmerzintensität betrug 6,9 Punkte (+/- 1,5). Über 26 Wochen reduzierte Akupunktur den stärksten Schmerz im Schnitt um -2,53 Punkte (95 % Konfidenzintervall, KI: -2,92 - -2,15). Massage reduzierte die stärkste Schmerzintensität im Mittel um -3,01 Punkte (95 % KI: -3,38 - -2,63). Der Unterschied zwischen beiden Behandlungsgruppen war statistisch nicht signifikant (Differenz: -0,48; 95 % KI: -0,98 - 0,03). Beide Behandlungen verbesserten zudem Fatigue- und Insomniesymptome sowie die Lebensqualität der Patienten, wiederum ohne signifikante Unterschiede zwischen den Gruppen.

Unerwünschte Ereignisse im Rahmen der Behandlungen waren mild und umfassten blaue Flecken bei 6,5 % der Patienten der Akupunktur-Gruppe und vorübergehende wunde oder schmerzende Stellen bei 15,1 % der Patienten der Massage-Gruppe.

Linderung der Schmerzen sowohl durch Massage als auch durch Akupunktur

Die randomisiert-kontrollierte Studie konnte somit zeigen, dass Massagen und Akupunktur Schmerzen von Patienten mit fortgeschrittener Krebserkrankung über 26 Wochen vergleichbar lindern konnten. Beide Behandlungsansätze, so die Autoren, können somit einen Beitrag zu einer besseren Lebensqualität von Krebspatienten leisten.

Referenzen:

Epstein AS, Liou KT, Romero SAD, Baser RE, Wong G, Xiao H, Mo Z, Walker D, MacLeod J, Li Q, Barton-Burke M, Deng GE, Panageas KS, Farrar JT, Mao JJ. Acupuncture vs Massage for Pain in Patients Living With Advanced Cancer: The IMPACT Randomized Clinical Trial. JAMA Netw Open. 2023 Nov 1;6(11):e2342482. doi: 10.1001/jamanetworkopen.2023.42482. PMID: 37962891; PMCID: PMC10646731.