

EFFECT-BACK: Neue Studie zur Behandlung von chronischen Rückenschmerzen

Psychologisches Institut sucht Studienteilnehmerinnen und -teilnehmer

Für Rückenschmerzen gibt es vielfältige Ursachen. Bei 15,5 Prozent der Bevölkerung ist das Leiden chronisch und kann das Leben stark einschränken. In einer groß angelegten Studie unter der Leitung der Landauer Professorin für Klinische Psychologie und Psychotherapie, Prof. Dr. Julia Glombiewski, werden nun zwei psychologische Methoden zur Behandlung von Rückenschmerzen miteinander verglichen. Beide Methoden haben sich in vorherigen Studien als besonders effektiv erwiesen. Die neue Studie mit der Bezeichnung „EFFECT-BACK“ steht unter der Leitung der Rheinland-Pfälzischen Technischen Universität Kaiserslautern-Landau und wird von der Deutschen Forschungsgemeinschaft (DFG) mit 1,7 Millionen Euro gefördert. Die Johannes Gutenberg-Universität Mainz (JGU) beteiligt sich an der Durchführung der Studie. Personen, die unter chronischen Rückenschmerzen leiden und an der Studie zur Therapie teilnehmen möchten, können sich ab sofort bewerben.

An fünf Zentren in Deutschland – den Universitätsambulanzen in Landau, Marburg und Mainz sowie den Universitätskliniken Essen und Heidelberg – werden in den nächsten drei Jahren knapp 400 Personen mit chronischen Rückenschmerzen behandelt. Es werden zwei psychologische Verfahren miteinander verglichen: kognitive Verhaltenstherapie und Expositionstherapie. Das Ziel beider Methoden ist es, wieder an allen Aktivitäten des Lebens teilzunehmen und Bewältigungsstrategien zum Umgang mit quälenden Rückenschmerzen zu erlernen. Langfristig können durch die Methoden laut bisheriger Befunde Schmerzen reduziert und die Lebensqualität gesteigert werden.

Chronische Rückenschmerzen mit psychologischen Methoden lindern

Mit der neuen Studie will die Arbeitsgruppe um Julia Glombiewski herausfinden, welche der beiden Therapien für welche betroffenen Personen besonders hilfreich ist. „Chronische Rückenschmerzen sind in unserer Gesellschaft ein weit verbreitetes Phänomen. In unserer neuen Studie, die zu den größten bislang in dem Bereich zählt, wollen wir daher schauen, wie man den Leidtragenden mit psychologischen Therapien gezielt Linderung verschaffen kann“, so Studienleiterin Glombiewski.

Chronische Schmerzen gehen häufig mit gedrückter Stimmung, Schlafstörungen oder Ängsten einher. Psychologische Behandlung ist dann ratsam. Neuere Forschungsarbeiten haben gezeigt, dass psychologische Therapie bei Rückenschmerzen auch hilfreich ist, wenn keine weiteren psychischen Probleme vorliegen. „Schmerzbewältigung und eine Erhöhung der Lebensqualität ist bei andauernden quälenden Schmerzen immer ein wichtiges Ziel, das mit Unterstützung von psychologischem Personal besser erreicht werden kann“, unterstreicht Glombiewski.

In Mainz werden 60 Einzel-Therapieplätze angeboten. Dank der neu anlaufenden Studie kann die sonst sehr lange Wartezeit auf einen Therapieplatz verkürzt werden. Die Behandlung besteht aus rund 18 Terminen, die in der Regel einmal wöchentlich an der Poliklinischen Institutsambulanz für Psychotherapie in der Wallstraße 7a stattfinden. Es entstehen keine Kosten für die teilnehmenden Personen. Neben der Teilnahme an der Behandlung gehört das Ausfüllen von Fragebögen und Tests, die der Forschung dienen, zur Voraussetzung für die Teilnahme.

Weitere Auskünfte zum Thema chronische Rückenschmerzen und ihrer Behandlung sowie zur Studie erteilt gerne Prof. Dr. Julia Glombiewski: glombiewski@uni-landau.de

Weitere Links:

<http://www.uni-landau.de/effectback> - EFFECT-BACK

<https://klipsy.uni-mainz.de/> - Abteilung für Klinische Psychologie, Psychotherapie und Experimentelle Psychopathologie