

Unveröffentlichte Masterarbeit

Osteopathische manuelle Therapie (OMT) und Mikronährstoffe bei Patienten mit myalgischer Enzephalomyelitis/chronischem Erschöpfungssyndrom (ME/CFS) oder Long Covid (LC) – Eine Pilotstudie

Sibylle Graf, Bsc. D.O.

Zusammenfassung

Hintergrund: Das chronische Erschöpfungssyndrom/die myalgische Enzephalomyelitis (CFS/ME) ist eine langfristige, multisystemische Erkrankung, die die Funktionsfähigkeit und Lebensqualität stark beeinträchtigt. Es wird als postvirales Erschöpfungssyndrom anerkannt, dessen Kernsymptome anhaltende Erschöpfung, Unwohlsein nach Anstrengung und nicht erholsamer Schlaf sind. Long COVID (LC) beschreibt Symptome, die nach einer akuten COVID-19-Infektion länger als vier Wochen anhalten und sich in ihrer klinischen Ausprägung häufig mit ME/CFS überschneiden. Für beide Erkrankungen gibt es keine wirksamen medikamentösen Behandlungsmöglichkeiten, und eine vollständige Genesung ist selten. Diese Studie untersucht, ob eine kombinierte Behandlung aus osteopathischer manueller Therapie (OMT) und Mikronährstoffergänzung den Grad der Behinderung, die Erschöpfung, die Energie und das Wohlbefinden der betroffenen Patienten verbessern kann.

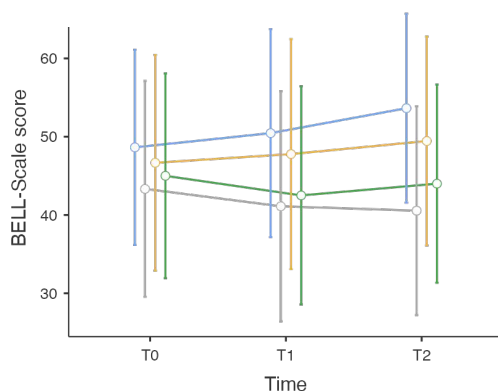
Methoden: Diese randomisierte, doppelblinde klinische Studie umfasste Erwachsene im Alter von 18 bis 65 Jahren mit ME/CFS- oder Long-COVID-Symptomen, die seit mindestens sechs Monaten bestanden. Die Teilnehmer wurden über Patientenorganisationen und lokale Anzeigen rekrutiert, auf ihre Eignung hin untersucht und gaben ihre Einverständniserklärung ab. Die Teilnehmer wurden nach dem Zufallsprinzip vier Gruppen zugeordnet: OMT mit Mikronährstoffen, OMT mit Placebo, Kontrolle mit Mikronährstoffen oder Kontrolle mit Placebo. Die Interventionsgruppe erhielt vier wöchentliche osteopathische Behandlungen nach einem standardisierten Protokoll, während die Kontrollgruppen nur Mikronährstoffe oder ein Placebo erhielten. Die Ergebnisse wurden zu Beginn der Studie, nach vier Wochen und nach acht Wochen anhand der Bell CFIDS-Skala, der Fatigue Severity Scale und der Visual Analogue Scale bewertet.

Ergebnisse: Von den 51 teilnehmenden Personen schlossen 39 die Studie in vier Gruppen ab: OMT mit Mikronährstoffen (n = 11), OMT mit Placebo (n = 9), Kontrolle mit Mikronährstoffen (n = 9) und Kontrolle mit Placebo (n = 10). Die Ausgangsmerkmale waren hinsichtlich Alter, Geschlecht, Symptombdauer und Diagnose in allen Gruppen vergleichbar. Die OMT/MN- und die Kontroll/MN-Gruppe zeigten einen Aufwärtstrend bei den Bell-Scale-Werten und eine Verringerung der Fatigue Severity Scale (FSS)-Werte, was zu einer signifikanten Abnahme der Erschöpfung im Laufe der Zeit führte ($p=0,017$), jedoch nicht innerhalb der Gruppen oder im Zeitverlauf. Die Werte auf der visuellen Analogskala (VAS) für Energie, geistige Klarheit, Schmerzen und Wohlbefinden zeigten leichte, nicht signifikante Verbesserungen. Die subjektiven Bewertungen der Symptomverbesserung variierten, wobei die OMT/MN-Gruppe die größte Bandbreite aufwies. Die Nebenwirkungen waren mild und gleichmäßig über alle Gruppen verteilt.

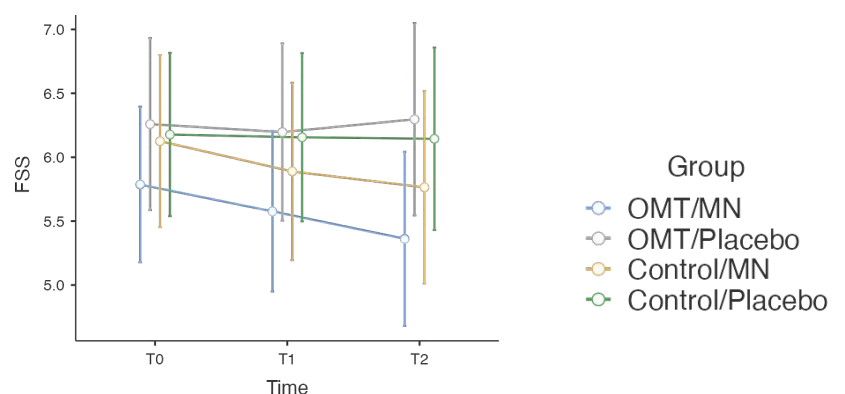
Diskussion: Diese Studie ist die erste, die die kombinierten Auswirkungen von osteopathischer manueller Therapie (OMT) und Mikronährstoffergänzung bei Patienten mit ME/CFS und Long COVID untersucht. Während die OMT/MN- und die Kontroll/MN-Gruppe Tendenzen zu verbesserten Bell-Scale-Werten und verminderter Erschöpfung zeigten, wies nur die Fatigue Severity Scale eine statistisch signifikante Verringerung der Erschöpfung im Laufe der Zeit auf. Die Bereiche der visuellen Analogskala spiegelten leichte, nicht signifikante Verbesserungen wider. Nach acht Wochen berichteten 55 % der Teilnehmer über eine Verbesserung der Symptome, insbesondere in der OMT-Gruppe. Zu den Einschränkungen zählen die geringe Stichprobengrösse, hohe Ausfallraten, unvollständige Verblindung und potenzielle Bestätigungsfehler. Diese Ergebnisse deuten darauf hin, dass ein kombinierter Ansatz für einige Patienten von Vorteil sein könnte. Es sind jedoch grössere, längerfristige Studien erforderlich, um die Wirksamkeit zu bestätigen und die Behandlungsstrategien zu optimieren.

Fazit: Diese Pilotstudie hat gezeigt, dass die Kombination aus osteopathischer manueller Behandlung und Mikronährstoffergänzung bei Patienten mit ME/CFS und Long COVID zu einer Tendenz zur Verringerung der Erschöpfung und zur Steigerung des Wohlbefindens führte. Diese Veränderungen waren jedoch statistisch nicht signifikant. Um diese vorläufigen Ergebnisse zu validieren und ganzheitliche Behandlungsansätze zu optimieren, sind größere, längerfristige Studien erforderlich.

BELL-Scale Skala

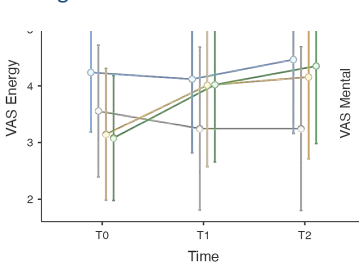


Fatigue Severity Skala

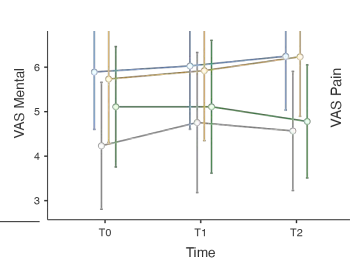


Visuelle Skalen

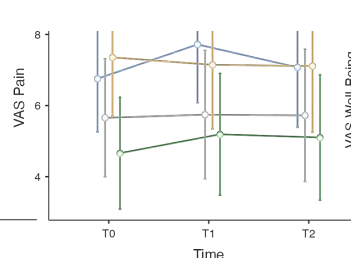
Energie



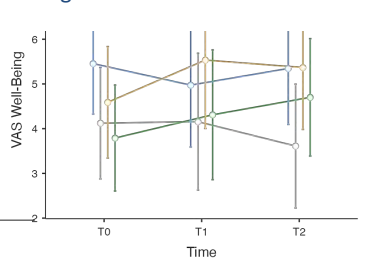
Mentale Klarheit



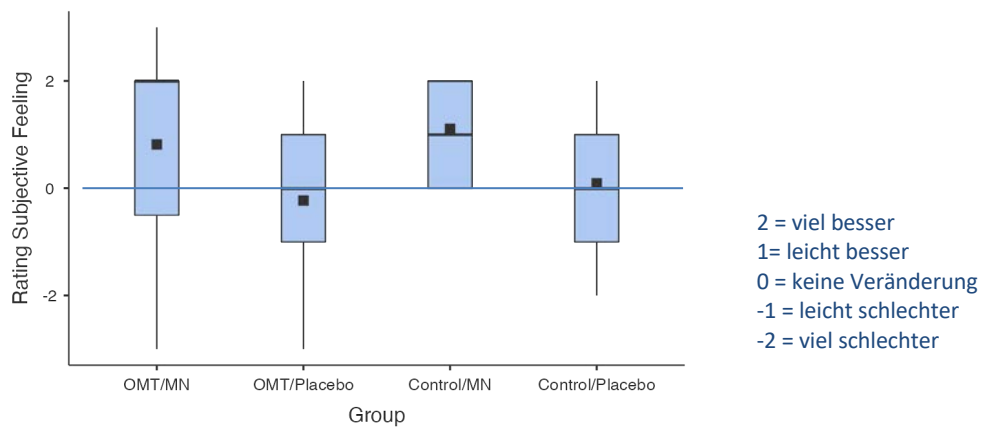
Schmerz



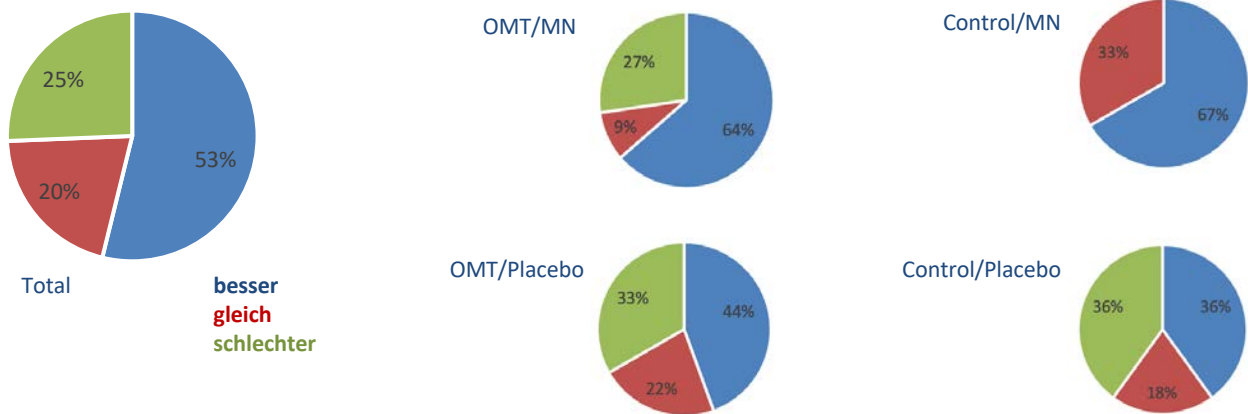
Allgemeines Wohlbefinden



Globale subjektive Beurteilung des Befindens nach 8 Wochen



Globale subjektive Beurteilung des Befindens nach 8 Wochen - Kuchendiagramme



Anschrift der Autorin:

Name: Sibylle Graf
 Adresse: Praxis für Osteopathie & Erfahrungsheilkunde, Schulstrasse 1, 8413 Neftenbach
 Telefon: 052 301 02 04
 E-Mail: studie@nmo.ch