

## Die Wirksamkeit von TT bei der Verbesserung der Funktionalität von älteren Patienten mit degenerativer Arthritis/Arthrose

Peck Susan  
(1998) Nursing Science Quarterly, 11(3):123ff

### Grund für diese Studie:

Degenerative Arthritis ist mit starken chronischen Schmerzen verbunden. Patienten sind mit medikamentöser Therapie nur ineffektiv zu behandeln. Ergebnis sind erhebliche Beeinträchtigungen der Funktionalität und Einschränkung der Beweglichkeit bis hin zur Behinderung. Die Schulmedizin steht dieser Erkrankung eher hilflos gegenüber.

### Studiendesign:

- TT versus Progressive Muskelentspannung (PMR)
- Ausgangszustand der Patienten diente als Kontrolle (4 wöchige Vorlaufzeit mit konventioneller Behandlung)
- n = 82 (45 TT versus 37 PMR)
- Funktionalität wurde bewertet mit AIMS (Arthritis Impact Measurement Scale bewertet 11 verschiedene Kriterien wie
  - Beweglichkeit
  - Funktion von Armen und Händen
  - Schmerzen
  - Haushaltsführung
  - Soziale Aktivitäten etc.)
- 6 zeitlich nicht limitierte TT-Behandlungen in einem Abstand von 5 – 7 Tagen

### Ergebnis:

Sowohl bei der Behandlung mit TT als auch bei der PMR zeigten sich Verbesserungen:

- TT alle 11 Kriterien zeigten eine Verbesserung, 5 davon waren signifikant
- PMR 9 Kriterien zeigten eine Verbesserung, 4 davon waren signifikant
- Zwei Kriterien (Beweglichkeit und Funktion der Hand) waren in der TT Gruppe im Vergleich zur PMR Gruppe signifikant besser.

### Kommentar:

Einige der älteren Patienten hatten Probleme beim Ausfüllen der Fragebögen, die um gut leserlich zu sein, mit einer großen Schriftgröße ausgedruckt worden sind und daher den Umfang von 13 Seiten erreichten.

TT wird als Methode zur Behandlung der degenerativen Arthritis empfohlen.