

Studie der Universität Ulster 2008

Multiple Sklerose (MS) und Reflexzonen:

Multiple Sklerose tritt mit Schmerzen und anderen Symptomen auf, welche sich jedoch auch mit konventionellen Behandlungen verbessern lassen. Verschiedene andere Studien haben positive Effekte mit einer Serie Reflexzonen-therapie gezeigt, allerdings noch keine in Bezug auf Schmerz. Das Ziel der Studie war, herauszufinden, ob Fussreflexzonen-therapie bei MS-Patienten mit Schmerzen wirksam sei. In einer doppelblind randomisierten klinischen Studie mit 73 MS-Patienten erhielten diese entweder eine professionelle RZF oder eine unspezifischere Fussmassage wöchentlich über 10 Wochen hinweg. Das Ergebnis der Massnahme wurde in beiden Gruppen dokumentiert. Gemessen wurde vor und nach der Behandlung in den Wochen 6 und 12. Die Schmerzintensität maßen die Forscher mit der Visual Analogue Scale, kurz VAS. Eine signifikante und klinisch relevante Abnahme der Schmerzintensität wurde in beiden Gruppen beobachtet und verglichen mit dem Ausgangswert zu Beginn der Studie. Die mittleren VAS-Werte wurden im Anschluss an die Behandlung um 50 % reduziert. Dieser Effekt hielt bis zu 12 Wochen an.

Daneben haben die Forscher auch eine Verbesserung bei Fatiguesyndrom, Depression, allgemeiner Behinderung, Spastik und Lebensqualität beobachtet.

Fazit: Der Nachweis ist gelungen, dass beide Arten der Fussbehandlung, sowohl die präzise RZF als auch eine unspezifische Fussmassage – keine der beiden schnitt besser ab - klinisch signifikante Verbesserungen für MS Patienten bei Schmerzen und für die Lebensqualität zeigen.

Den englischen Text findet man unter <http://eprints.ulster.ac.uk/8963/>

Hughes, Ciara, Smyth, S and Lowe-Strong, Andrea (2008) *Reflexology for the Treatment of Pain in People with Multiple Sclerosis: A Double-Blind Randomised Controlled Trial*. Journal of Alternative and Complementary Medicine, University of Ulster UK

Übersetzung Lucie Zaugg