

Kohl-Blätter-Wickel lindern wahrscheinlich Schmerzen bei Patienten mit einer Gonarthrose

Frage:

Wirksamkeit und Sicherheit von Kohl-Blätter-Wickeln, verglichen mit Voltaren-Gel oder „usual care“, bei Patienten mit einer Gonarthrose?

Hintergrund:

Die Behandlung der Kniearthrose ist primär eine konservative Therapie mit der Absicht die Symptome zu lindern und die Funktionsfähigkeit zu erhalten oder zu verbessern.

Eine der althergebrachten Behandlungsmethoden sind Wickel mit Kohlblättern, die auch noch bei anderen Indikationen eingesetzt werden. Es wird angenommen, dass die Kohlblätter antiinflammatorische Substanzen enthalten und über diesen Mechanismus die Beschwerden lindern.

Bisher gibt es noch keine methodisch guten Studien in denen die Wirksamkeit der Kohlblätter untersucht wurde. In dieser Studie wird die Wirksamkeit im Vergleich zu „usual care“ und lokal aufgetragenen Gels (Diclofenac) untersucht.

Einschlusskriterien:

- Patienten, die über Zeitungsinsertate rekrutiert wurden
- Älter als 18 Jahre, Stadium 2 oder 3 nach Kellgren-Lawrence (radiologische Klassifizierung)
- Stärke der Schmerzen; mindestens 45 mm auf einer VAS (Visual Analog Skala; 0 heisst keine Schmerzen, 10 heisst „stärkst mögliche Schmerzen“)

Ausschlusskriterien:

- Sekundäre Arthritis, frühere Injektion von Steroiden oder Hyaluronsäure ins Kniegelenk.
- Operationen am Knie

Studiendesign und Methode:

Randomisiert, dreiarmlig; keine Verblindungen

Studienort:

Department für Integrative Medizin in Essen Deutschland

Interventionen:

- Gruppe 1: Wickel mit Kohlblättern (von zwei Blättern wurden die harten Teile herausgeschnitten, die Blätter wurden mit einer Flasche oder einem Nudelwalker gewalkt) für mindestens zwei Stunden jeden Tag; empfohlen wurde den Wickel über Nacht zu belassen
- Gruppe 2: Voltaren-Gel täglich 1 bis 4 Gramm einreiben, bis zu viermal täglich
- Gruppe 3: keine Änderung der bestehenden Aktivitäten oder Behandlungen mit Medikamenten

Outcome:

Primärer Outcome

- Schmerzintensität nach 4 Wochen, erfasst mit VAS

Sekundäre Outcomes

- Stärke der Schmerzen auf einer VAS nach 12 Wochen
- Funktionelle Einschränkung (erfasst mit WOMAC)

- Lebensqualität (SF-36)
- Selbstwirksamkeit (self-efficacy, erfasst mit ASES-D)

Resultat:

- Von den 207 telefonisch gescreenten Personen wurden 115 von den Studienärzten gesehen und für die Teilnahme an der Studie als geeignet beurteilt; 81 Patienten wurden in die Studie eingeschlossen.
- Das mittlere Alter lag bei 62 Jahren, etwas mehr als die Hälfte waren Frauen.
- Verglichen mit „usual care“ verbesserten sich die Schmerzen in der „Kohl-Wickel-Gruppe“ nach 4 Wochen signifikant stärker (-12.1 mm auf der VAS), verglichen mit Voltaren waren die Schmerzen in der „Kohl-Wickel-Gruppe“ aber nicht besser.
- Das Gleiche gilt auch für die sekundären Outcomes, und bei allen Outcomes waren nach 12 Wochen keine signifikanten Unterschiede zwischen den drei Gruppen feststellbar.
- Nebenwirkungen; bei einem Patienten in der „Kohl-Wickel-Gruppe“ traten am Knie Jucken und brennende Sensationen auf und diese Therapie musste gestoppt werden.
- Drei Viertel der Patienten waren mit der Therapie, Kohl-Wickel oder Voltaren, zufrieden und würden sie Freunden und Verwandten weiterempfehlen; wie zufrieden die Patienten in der usual care Gruppe waren, wird nicht berichtet.

Kommentar:

- Nach den Ergebnissen dieser Studie haben Kohlwickel, verglichen mit „usual care“ einen positiven Effekt auf die Schmerzen bei Patienten mit Gonarthrose; im Vergleich zu Voltaren-Gel sind die Kohl-Wickel aber nicht besser. Beide scheinen einen schmerzlindernden Effekt zu haben.
- Die Ergebnisse der Studie sind nicht einfach zu interpretieren, da die beiden Interventionen (Kohl und Voltaren) gegen „usual care“ verglichen wurden. Was in der Gruppe mit „usual care“ tatsächlich gemacht wurde, ist unbekannt.
- Da nur bei einem Patienten eine lokale Reaktion auf die Kohl-Wickel aufgetreten ist, muss man Patienten, die anstelle von Voltaren einen Kohl-Wickel wünschen, von den Kohl-Wickeln nicht abraten.

Literatur:

Lauche R et alii. Efficacy of Cabbage Leaf Wraps in the Treatment of Symptomatic Osteoarthritis of the Knee. A Randomized Controlled Trial. Clin J Pain 2016; 32: 961-971.

Verfasser:

Johann Steurer