

Press release

Friedrich-Schiller-Universität Jena

Helena Reinhardt

06/14/2006

<http://idw-online.de/en/news163909>

Research results
Medicine, Nutrition / healthcare / nursing
transregional, national

Wirksamkeit der Fußreflexzonentherapie bei Gonarthrose belegt

Studie des Uniklinikums Jena zeigt, dass Fußreflexzonentherapie Knie-Beschwerden nachweislich bessern kann

(Jena) Die fachgerechte Behandlung der korrespondierenden Fußreflexzonen kann nachweislich Schmerzen und Funktionsbeeinträchtigungen bei moderater Kniearthrose lindern. Das zeigt eine am Kompetenzzentrum Naturheilverfahren des Universitätsklinikums Jena (UKJ) durchgeführte Studie. Im Rahmen einer Doktorarbeit untersuchte dabei Catharina Güttner bei 30 Patienten mit einer mittelschweren Kniegelenksarthrose die Wirksamkeit der Fußreflexzonentherapie auf das Schmerzempfinden und die Beweglichkeit des erkrankten Gelenks.

Über einen Zeitraum von sechs Wochen erhielten die Probanden jeweils 12 Behandlungen, also zweimal wöchentlich eine therapeutische Massage der dem Kniegelenk assoziierten Fußreflexzonen. Zur Überprüfung der Wirksamkeit wurden in der Studie als Vergleichszeiträume auch sechs Wochen vor der Behandlung und acht Wochen danach erfasst. Dabei wurde sowohl das subjektive Urteil der Patienten zu ihrem jeweiligen Schmerzempfinden erfragt als auch die Schmerzintensität anhand mehrerer Erhebungsverfahren gemessen. Gleichzeitig wurde die Beweglichkeit des arthritischen Knies geprüft und verglichen. "In beiden Aspekten zeigten sich während und nach der Fußreflexzonentherapie deutliche Verbesserungen: Die Schmerzintensität ging um mehr als zwei Drittel zurück und die Beweglichkeit (Beugung) des Kniegelenks konnte um 12 Grad verbessert werden", erklärt Prof. Dr. Christine Uhlemann, Betreuerin der Arbeit, die erzielten Resultate. Fast alle Probanden (92 Prozent) gaben nach der Therapieserie an, dass sich ihr Zustand gebessert habe.

"Das sind wirklich verblüffende Ergebnisse, denn faktisch haben wir damit erstmals nachvollziehbare Hinweise auf die Wirksamkeit der Fußreflexzonentherapie erbracht", so Prof. Uhlmann, die am UKJ das Kompetenzzentrum Naturheilverfahren leitet. Die Daten würden auch nahe legen, dass die Wirksamkeit der Fußreflexzonentherapie über einen Placebo-Effekt hinausgeht: "Wir haben einen massiven Rückgang der Schmerzintensität um 75 Prozent beobachtet. Sowohl der Belastungsschmerz als auch der Anlaufschmerz der betroffenen Region nahmen signifikant ab", so Uhlemann. "Der Ruheschmerz, also die Intensität der Schmerzen, die auch bei Nichtbelastung des Knies auftreten, ging nach der Therapie sogar auf Null zurück." An Referenzpunkten, also nicht durch die Fußreflexzonentherapie stimulierten Bereichen, waren dagegen keine Veränderungen der Schmerzintensität zu beobachten. "Das zeigt, dass durch die Therapie tatsächlich nur der betroffene Bereich, das erkrankte Knie, beeinflusst wurde", erklärt Prof. Uhlemann.

Die Fußreflexzonentherapie basiert auf der Annahme, dass alle inneren Organe und Strukturen des Bewegungssystems auf den Fußflächen eine so genannte "Repräsentation" haben - einen Bereich, dessen Stimulation auf das betreffende Organ oder den Körperteil indirekte Auswirkungen hat, indem durch die Massage die "Selbstheilungskräfte" im Sinne der Autoregulation aktiviert werden. Einen neurophysiologischen Beweis dafür gibt es allerdings nicht. Umgekehrt würden sich in diesen Bereichen am Fuß Erkrankungen und Störungen der jeweiligen Organe oder Körperteile durch Veränderungen (z. B. Verhärtungen) des Gewebes äußern und tasten lassen.

In der Studie wurde der dem arthritischen, also von einer schmerzhaften und mit Bewegungseinschränkungen verbundenen Erkrankung betroffenen, Kniegelenk zugeordnete Fußsohlenbereich durch Massage stimuliert. Durch diese Stimulation konnten nachweislich die Schmerzen verringert und die Beweglichkeit des Knies gesteigert werden.

"Wir haben damit gezeigt, dass mittels einer Fußreflexzonenmassage sowohl Schmerzen als auch mittlere Funktionsstörungen am Knie verbessert werden können", fasst Christine Uhlemann zusammen. "Allerdings werden wir in schwereren Fällen von Arthrose mit Hilfe der Fußreflexzonenmassage nicht helfen können."

Ansprechpartnerin:

Prof. Dr. Christine Uhlemann

Leiterin Kompetenzzentrum Naturheilverfahren, Klinik für Innere Medizin II, Universitätsklinikum Jena

Tel.: 03641/933180

E-Mail: Christine.Uhlemann@med.uni-jena.de



UKJ-Studienautorin Catharina Güttner (links) bei einer Fußreflexzonenmassage zusammen mit der Betreuerin der Studie Prof. Christine Uhlemann, Leiterin der Kompetenzzentrums Naturheilverfahren am Uniklinikum Jena.

Foto: Schacke/UKJ



Fußreflexzonentherapie am Kompetenzzentrum Naturheilverfahren des Universitätsklinikums Jena.
Foto: Schacke/UKJ