

Press release**Universitätsspital Bern****Markus Hächler**

09/23/2013

<http://idw-online.de/en/news552810>Personnel announcements, Research results
Medicine, Nutrition / healthcare / nursing
transregional, national**US-Preis für Schweizer Forschungsteam im Bereich Gartentherapie**

Den «Charles A. Lewis Excellence in Research Award» 2013 gewinnt ein Forschungsteam aus Bad Zurzach, Zürich/Wädenswil, Rapperswil und Bern für die im Rahmen des KTI-Projekts «Therapie- und Erlebnisgarten RehaClinic Zurzach» realisierte Studie «Horticultural Therapy for Patients with Chronic Musculoskeletal Pain» mit dem Nachweis, dass mit Gartenarbeit Patienten Schmerzen besser bewältigen können.

Die Preisverleihung fand am 20. September 2013 im Rahmen der Jahreskonferenz der American Horticultural Therapy Association AHTA in Minneapolis/USA statt. Prof. Renata Schneiter, von der ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften als Leiterin des Gesamtprojekts; Prof. Dr. med. André Aeschlimann, CMO von RehaClinic, mit Sitz in Bad Zurzach und Martin Verra, als wissenschaftlicher Mitarbeiter der Forschungsabteilung von RehaClinic Bad Zurzach und heutiger Direktor des Instituts für Physiotherapie am Inselspital Bern, nahmen die Auszeichnung persönlich in Empfang.

2007 wurde in RehaClinic Bad Zurzach, mit Unterstützung der Kommission für Technik und Innovation KTI des Bundes, der schweizweit erste, auf wissenschaftlichen Erhebungen beruhende Therapiegarten mit Gewächshaus gebaut und eine Studie zur Wirksamkeit der Gartentherapie durchgeführt. Dazu wurden Patienten aus dem ZISP (Zürcher Interdisziplinäres Schmerzprogramm) mit Fibromyalgie, das heisst Schmerzen im gesamten Körper ohne erkennbare Ursache oder chronischen Rückenschmerzen, ausgewählt. Bei der Interventionsgruppe mit 37 Patienten wurde während vier Wochen untersucht, ob die Gartenarbeit unter therapeutischer Anleitung zu Verbesserungen der Gesundheit, Lebensqualität und der Schmerzbewältigung führt. Zudem wurde evaluiert, ob Garten-therapie eine Reduktion des Medikamentenkonsums bewirkt. Eine Kontrollgruppe mit 42 Patienten absolvierte ebenso das multimodale Schmerzprogramm (ZISP), aber ohne Gartentherapie.

Es zeigte sich, dass es den Patienten in der Gartentherapiegruppe punkto Beweglichkeit ("physische Rollenerfüllung"), psychische Gesundheit, Angst und Schmerzverhalten eindeutig besser ging als der Kontrollgruppe. Hingegen manifestierten sich beim Medikamentenbedarf keine signifikanten Veränderungen. Gemessen wurden die Veränderungen mit vier Fragebögen (allgemeine Gesundheit, Schmerz und seine Folgen, Depression und Angst, Schmerzbewältigung) und zwei Funktionstests (Rückenfunktionstest und 6-Minuten-Gehtest). Die Pilotstudie gibt erstmals Hinweise darauf, dass Gartentherapie sowohl die funktionelle Leistungsfähigkeit, die psychische Gesundheit als auch die Fähigkeit, Schmerzen zu bewältigen, verbessern kann.

Partner des Innovationsprojektes waren nebst RehaClinic Bad Zurzach die ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (Departemente Soziale Arbeit und Life Sciences und Facility Management) sowie die HSR Hochschule für Technik Rapperswil, Abteilung für Landschaftsarchitektur.

In der März-Ausgabe 2012 der amerikanischen Fachzeitschrift *Alternative Therapies in Health and Medicine*, wurden erstmals die positiven Resultate der RehaClinic Forschungsgruppe publiziert. Originalpublikation: Verra ML, Angst F, Beck T, Lehmann S, Brioschi R, Schneiter R, Aeschlimann A. Horticultural Therapy for Patients With Chronic

Musculoskeletal Pain: Results of a Pilot Study. Altern Ther Health Med 2012;18(2):44-50.

Link zum Gartentherapie-Ausbildungsangebot der ZHAW:

<http://www.zhaw.ch/nc/de/zhaw/weiterbildung/weiterbildung-detailanzeige.html?i=N694350>

Link zum KTI-Projekt: http://www.ilf.hsr.ch/uploads/tx_hsrpm/A4_D_Therapeutische_Gaerten_o7.pdf

Bucherscheinung zum Projekt:

Lehrbuch Gartentherapie, Prof. Renata Schneider-Ulmann, Verlag Hans Huber Bern, 2010

<http://www.verlag-hanshuber.com/index.php/catalogsearch/result?q=lehrbuch+gartentherapie>

Weitere Auskünfte für Medienschaffende:

Martin Verra, Direktor Institut für Physiotherapie, Inselspital, Universitätsspital Bern

Telefon 031 632 06 79, Mail martin.verra@insel.ch

Prof. Renata Schneider, Dozentin Departement Life Sciences und Facility Management, ZHAW, Wädenswil, Grüental, 8820 Wädenswil

Telefon 058 934 57 44, Mail renata.schneider@zhaw.ch

Prof. Dr. med. André Aeschlimann, CMO und ärztlicher Direktor Rheumatologie, RehaClinic, Quellenstrasse 34, 5330 Bad Zurzach

Telefon 056 269 53 11, Mail a.aeschlimann@rehaclinic.ch

URL for press release: http://www.insel.ch/de/medien/medienmitteilungen/detail/archive/2013/september/article/gartenarbeit-hilft-gegen-schmerzen/?tx_ttnews%5Bday%5D=23&cHash;=92c25296239d51fod63245a3fbbdeb2f