



## Stoßwellentherapie beim Tennisarm:

Wie sinnvoll ist die Behandlung mit Stoßwellen, um den Ellbogenschmerz zu lindern?



**Kaum Nutzen: Der Arm schmerzt in der Regel trotz Stoßwellentherapie weiter.**

|  | mit Scheintherapie | mit Stoßwellentherapie |
|--|--------------------|------------------------|
| Patienten  | <b>je 10</b>       | <b>je 10</b>           |
| Nach 8 Wochen: keine oder fast keine Schmerzmedikamente mehr                                       | 7                  | 8                      |
| Nach 12 Wochen: Schmerz nach längerer Aktivität, eingeschränkte Beweglichkeit oder Verschreibungen | 7                  | 7                      |
| Nach 12 Wochen: kein Schmerz, volle Beweglichkeit und keine weiteren Verschreibungen               | 3                  | 3                      |

▼ Erläuterungen und Quellen



**Nebenwirkungen: Die Stoßwellentherapie löst oft zusätzlichen Schmerz aus. Auch Übelkeit kann sie hervorrufen.**



▼ Erläuterungen und Quellen

PDF-Download





## Stoßwellentherapie beim Tennisarm:

### Wie sinnvoll ist die Behandlung mit Stoßwellen, um den Ellbogenschmerz zu lindern?



**Kaum Nutzen: Der Arm schmerzt in der Regel trotz Stoßwellentherapie weiter.**

|  | mit Scheintherapie | mit Stoßwellentherapie |
|--|--------------------|------------------------|
| Patienten  | <b>je 10</b>       | <b>je 10</b>           |
| Nach 8 Wochen: keine oder fast keine Schmerzmedikamente mehr                                       | <b>7</b>           | <b>8</b>               |
| Nach 12 Wochen: Schmerz nach längerer Aktivität, eingeschränkte Beweglichkeit oder Verschreibungen | <b>7</b>           | <b>7</b>               |
| Nach 12 Wochen: kein Schmerz, volle Beweglichkeit und keine weiteren Verschreibungen               | <b>3</b>           | <b>3</b>               |

#### ^ Erläuterungen und Quellen

Scheintherapie bedeutet, dass die Therapie mit Stoßwellen nur vorgetäuscht wird. Dies ist auf verschiedene Weise möglich. In den hier zitierten Studien wurde dafür ein verdeckter und gepolsterter Materialblock zwischen das Gerät und den Körper des Patienten geschoben, um die Wellen abzufangen oder zu reflektieren anstatt sie zum Arm durchzulassen.

Die Zahlen in der Tabelle bedeuten: Von je 10 Patienten, die sich einer regelmäßigen Stoßwellentherapie unterzogen, benötigten 8 nach etwa acht Wochen keine oder fast keine Schmerzmedikamente mehr. Trotzdem hatten 7 von diesen 10 Patienten nach etwa zwölf Wochen immer noch Schmerzen nach längerer Aktivität, eine eingeschränkte Beweglichkeit oder benötigten sogar verschreibungspflichtige Medikamente. Nur 3 waren zu diesem Zeitpunkt schmerzfrei bei voller Beweglichkeit.

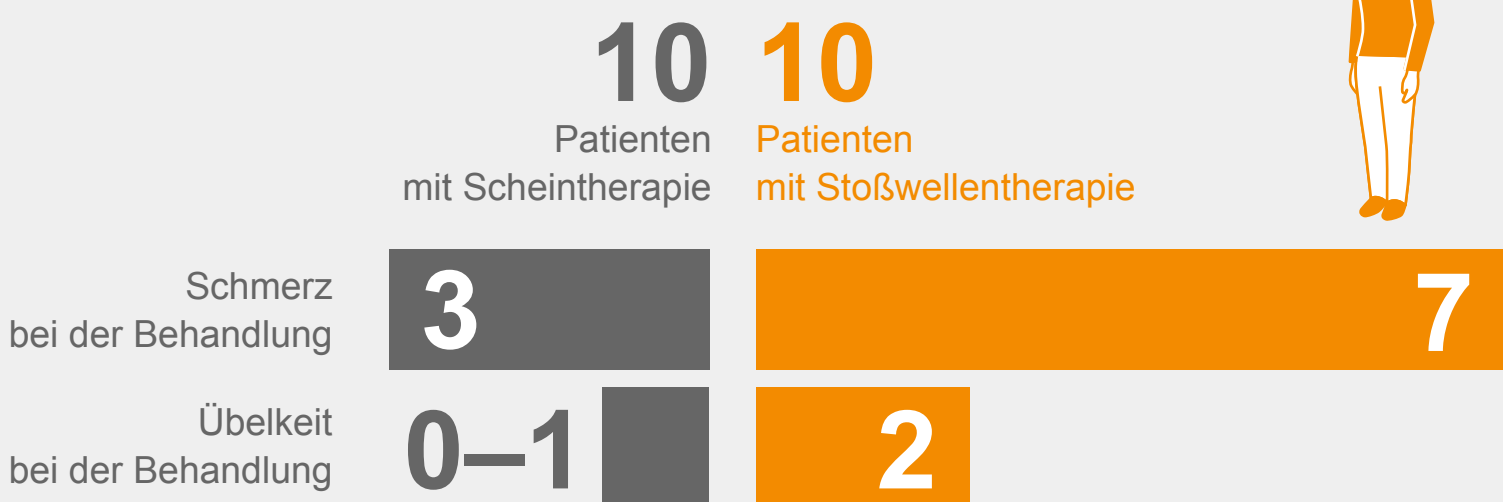
In der Gruppe von Patienten, die nur die Scheintherapie erhielten, waren die Ergebnisse gleich. Die verschiedenen Zahlenwerte bei der Einnahme von Schmerzmedikamenten nach acht Wochen sind wahrscheinlich zufällig. Die Angaben sind gerundet.

Viele Patienten mit Tennisarm haben oftmals jahrelang Beschwerden und haben bereits die verschiedensten Therapien vergeblich ausprobiert. Studien konnten jedoch bislang keinen Nachweis für eine tatsächlich wirksame Therapie zeigen. Sie belegten keinen nennenswerten Vorteil gegenüber dem Abwarten.

**Quelle:** Buchbinder et al. (2009). [Cochrane Database of Systematic Reviews 2005](#), Ausgabe 4, Art.-Nr.: CD003524. Die 8-Wochen-Daten basieren auf einer Studie mit etwa 180 Patienten. Die 12-Wochen-Daten basieren auf einer Studie mit etwa 270 Patienten.



**Nebenwirkungen: Die Stoßwellentherapie löst oft zusätzlichen Schmerz aus. Auch Übelkeit kann sie hervorrufen.**



#### ^ Erläuterungen und Quellen

PDF-Download





## Stoßwellentherapie beim Tennisarm:

Wie sinnvoll ist die Behandlung mit Stoßwellen, um den Ellbogenschmerz zu lindern?



**Kaum Nutzen: Der Arm schmerzt in der Regel trotz Stoßwellentherapie weiter.**

|  | mit Scheintherapie | mit Stoßwellentherapie |
|--|--------------------|------------------------|
| Patienten  | je 10              | je 10                  |
| Nach 8 Wochen: keine oder fast keine Schmerzmedikamente mehr                                       | 7                  | 8                      |
| Nach 12 Wochen: Schmerz nach längerer Aktivität, eingeschränkte Beweglichkeit oder Verschreibungen | 7                  | 7                      |
| Nach 12 Wochen: kein Schmerz, volle Beweglichkeit und keine weiteren Verschreibungen               | 3                  | 3                      |

▼ Erläuterungen und Quellen



**Nebenwirkungen: Die Stoßwellentherapie löst oft zusätzlichen Schmerz aus. Auch Übelkeit kann sie hervorrufen.**



^ Erläuterungen und Quellen

Scheintherapie bedeutet, dass die Therapie mit Stoßwellen nur vorgetäuscht wird. Dies ist auf verschiedene Weise möglich. In den hier zitierten Studien wurde dafür ein verdeckter und gepolsterter Materialblock zwischen das Gerät und den Körper des Patienten geschoben, um die Wellen abzufangen oder zu reflektieren anstatt sie zum Arm durchzulassen. Die Patienten hörten zudem bei Scheintherapie und echter Therapie dieselben Geräusche.

Die Zahlen in der Grafik bedeuten: Von je 10 Patienten empfanden 7 bei der Stoßwellentherapie Schmerzen, während es 3 bei der Scheintherapie waren. 2 Patienten von je 10 wurde es bei der Stoßwellentherapie übel, während es weniger als 1 von 10 bei der Scheintherapie war. Die Angaben sind gerundet.

**Quelle:** Buchbinder et al. (2009). [Cochrane Database of Systematic Reviews 2005](#), Ausgabe 4, Art.-Nr.: CD003524. Die Daten zu den Nebenwirkungen basieren auf zwei Studien mit etwa 230 Patienten.

**Wissenschaftliche Erarbeitung:** Prof. Dr. med. A. Altiner, Direktor des Instituts für Allgemeinmedizin der Universitätsmedizin Rostock.

Der AOK-Bundesverband entwickelt die Faktenboxen gemeinsam mit Prof. Dr. Gerd Gigerenzer. Er ist Direktor des Harding-Zentrums für Risikokompetenz am Max-Planck-Institut für Bildungsforschung in Berlin.

**Letzte Aktualisierung:** 26. Mai 2015

PDF-Download

