

# Marron, M. (2017). Kurzfristige Effekte eines Schmerzkompetenz- und Depressionspräventionstrainings auf die Schmerzverarbeitung und Schmerzwahrnehmung

## ZUSAMMENFASSUNG

**THEORETISCHER HINTERGRUND.** Insbesondere chronischem unspezifischem Rückenschmerz kommt sowohl individuell als auch gesellschaftlich eine große Bedeutung zu. Die Schmerzverstärkung wie auch die Schmerzchronifizierung wird maßgeblich von psychosozialen Faktoren unterstützt. Angst-Vermeidungs-Kognitionen werden als mögliche negative Verstärker viel diskutiert. Chronischer Rückenschmerz geht häufig mit psychischer Komorbidität wie der Depression einher. Diese Faktoren und Begleitumstände von chronischem Rückenschmerz initiieren eine interdisziplinäre multimodale Schmerztherapie im Setting der verhaltensmedizinisch orthopädischen Rehabilitationskliniken.

**METHODEN.** Für diese Studie wurde das Patientenschulungsprogramm zur Schmerzbewältigung aus dem Vorläuferprojekt „Debbie“ modernisiert und angepasst. Um die Wirksamkeit zu überprüfen, wurden der Fragebogen zur Erfassung der Schmerzverarbeitung und der deutsche Schmerzfragebogen eingesetzt und anschließend multivariate und univariate Varianzanalysen anhand von Prä-Post-Daten von 1107 bzw. 928 Rehabilitanden mit chronischem Rückenschmerz durchgeführt. Dabei erhielt die Kontrollgruppe vier Standardmodule zur Schmerzbewältigung, während die Interventionsgruppe zusätzlich vier Module zur Depressionsprävention erhielt.

**ERGEBNISSE.** Die Schmerzbewältigung, die schmerzbedingte psychische Beeinträchtigung und die Schmerzwahrnehmung der Rehabilitanden wurden durch die Intervention positiv beeinflusst. Die Ergebnisse der Interventions- und Kontrollgruppe unterschieden sich jedoch nur teilweise. Die Wirksamkeit der Zusatzmodule zur Depressionsbewältigung konnten somit nur für einzelne Subtests festgestellt werden.

**SCHLUSSFOLGERUNG.** Insgesamt konnte die vorliegende Studie zeigen, dass die Standardrehabilitation in Verbindung mit einem Schmerzkompetenztraining die Schmerzverarbeitung von Rehabilitanden mit chronischem Rückenschmerz kurzfristig verbessert. Die Wirksamkeit der Zusatzmodule, die ein kognitiv-behaviorales Depressionsbewältigungstraining beinhalten, konnten teilweise und eingeschränkt für die Schmerzbewältigung sowie für die Schmerzwahrnehmung belegt werden.

# Short term effects of a pain competence and depression prevention training on pain processing and pain perception

## ABSTRACT

**THEORETICAL BACKGROUND.** Nonspecific chronic back pain has great importance to both individuals as well as the society. The pain exacerbation as well as chronification is significantly affected by psychosocial factors. Fear avoidance cognitions are seen as potential negative amplifiers. Chronic back pain is frequently associated with psychological comorbidities such as depression. In behavior medical orthopedic rehabilitation clinics, these factors and circumstances of chronic back pain initiate an interdisciplinary, multimodal pain therapy.

**METHODS.** For this study, the patient training program for pain management from the predecessor project "Debbie" was modernized and adapted. In order to assess the efficacy, the "Fragebogen zur Erfassung der Schmerzverarbeitung" and the "Deutsche Schmerzfragebogen" was used, followed by multivariate and univariate variance analyzes using pre-post data of 1107 resp. 928 rehabilitation patients with chronic back pain. The control group received four standard modules for pain management, while the intervention group received four additional modules for depression prevention.

**RESULTS.** The pain management, pain-related mental impairment and pain perception of the rehabilitants have been positively affected by the intervention. The results of the intervention and control group show differences only in some parts. The effectiveness of the additional modules for depression management could thus only be determined for individual subtests.

**CONCLUSION.** This study shows the short-term improvement of pain management with chronic back pain by standard rehabilitation in conjunction with pain competence training. The efficacy of additional modules on cognitive-behavioral depression management training could be partly proven for pain management as well as pain perception.