

# Mobilisation mit Bewegung ist wirksam

*Leitlinien zur konservativen Therapie bei Schulterbeschwerden empfehlen insbesondere Training, aber auch multimodale Ansätze wie beispielsweise Training in Kombination mit Manueller Therapie. Mobilisation mit Bewegung (MWM) beschreibt eine spezifische manuelle Technik, bei der Therapeut\*innen eine aktiv ausgeführte Bewegung mittels einer passiven Gleitmobilisation unterstützen. Das Ziel dieser  $\mathcal{Q}$  systematischen Übersichtsarbeit war es, Vorteile von MWM auf die Subgruppen Frozen Shoulder und Schulterschmerzen mit Bewegungsstörung zu ermitteln.*

Das Forschungsteam schloss 25  $\mathcal{Q}$  RCTs aus sieben Datenbanken ein und wertete 21 mit-

tels einer Metaanalyse aus. Es evaluierte die Daten von 665 Personen mit einer diagnostizierten Frozen Shoulder und 349 Personen mit Schulterschmerzen. Die Interventionsgruppe erhielt entweder MWM oder MWM mit Training kombiniert, während die Kontrollgruppe andere Mobilisationstechniken, Training, eine Placebobehandlung oder andere physikalische Maßnahmen bekam. Die Interventionen dauerten mindestens eine Woche bis maximal zwei Monate. Schmerzen, Bewegungseinschränkung und der Disability Score dienten als  $\mathcal{Q}$  Outcome-Parameter.

Im Vergleich zur  $\mathcal{Q}$  Kontrollgruppe verbesserten sich beide Subgruppen der Interventionsgruppe statistisch  $\mathcal{Q}$  signifikant. Die Bewe-

gungsverbesserung bei Schulterschmerzen war zusätzlich klinisch relevant.

### Fazit für die Praxis

Bei einer Frozen Shoulder oder Schulterschmerzen mit Bewegungseinschränkung ist MWM allein oder mit Training kombiniert anderen konservativen Therapien überlegen. Allerdings ist die Aussagekraft des Studienergebnisses aufgrund mangelnder Qualität der eingeschlossenen Studien nur bedingt aussagekräftig.

jb

*J Man Manip Ther 2022; 30: 13–32*