

**Recommendation 1:** Given that **most patients with acute or subacute low back pain improve over time regardless of treatment**, clinicians and patients should **select nonpharmacologic treatment with superficial heat (moderate-quality evidence)**, massage, acupuncture, or spinal manipulation (low-quality evidence). If **pharmacologic treatment** is desired, clinicians and patients should select **nonsteroidal anti-inflammatory drugs or skeletal muscle relaxants** (moderate-quality evidence). (Grade: strong recommendation)

**Recommendation 2:** For patients with **chronic low back pain**, clinicians and patients should **initially select nonpharmacologic treatment** with exercise, multidisciplinary rehabilitation, acupuncture, mindfulness-based stress reduction (moderate-quality evidence), tai chi, yoga, motor control exercise, progressive relaxation, electromyography biofeedback, low-level laser therapy, operant therapy, cognitive behavioral therapy, or spinal manipulation (low-quality evidence). (Grade: strong recommendation)

**Recommendation 3:** In patients with **chronic low back pain who have had an inadequate response to nonpharmacologic therapy**, clinicians and patients should consider **pharmacologic treatment with nonsteroidal anti-inflammatory drugs as first-line therapy**, or tramadol or duloxetine as second-line therapy. Clinicians should **only consider opioids** as an option in patients who have **failed the aforementioned treatments** and only if the **potential benefits outweigh the risks** for individual patients and after a discussion of known risks and realistic benefits with patients. (Grade: weak recommendation, moderate-quality evidence)

Aktuelle Empfehlung des "American College of Physicians (ACP)" (2017) zur Behandlung von akuten, subakuten und chronischen Rückenschmerzen

08.03.2017 17:59 CET

## Gegen Rückenschmerzen ohne Medikamente

Neue Richtlinien des „American College of Physicians“ empfehlen, bei Rückenschmerzen zuerst natürliche und alternative Therapiemethoden auszuprobieren, anstelle die Schmerzen direkt medikamentös zu behandeln.

☒☒ Dies gilt sowohl für Patienten mit akuten Schmerzen als auch für chronische Schmerzen im LWS-Bereich. Drei Empfehlungen spricht das College aus, in denen Maßnahmen wie Wärme, Massage und Bewegungsübungen befürwortet werden und nur in Ausnahmefällen eine

medikamentöse Behandlung.

Empfehlungen, die auch für die FPZ Therapie sprechen. Mit ihrem konservativen Ansatz und gezielter angeleiteter Bewegung greift die FPZ Therapie die empfohlenen Maßnahmen auf.

**Mehr Informationen zur neuen Richtlinie finden Sie unter**

**<https://www.acponline.org/acp-newsroom/american-college-of-physicians-issues-guideline-for-treating-nonradicular-low-back-pain>.**

---

Das Unternehmen FPZ ermöglicht seit 1993 die nützlichsten Therapien, um die menschliche Muskulatur als körpereigene Apotheke zu aktivieren und den Menschen damit mehr gesunde Lebensjahre zu schenken.

Zum aktuellen Leistungsspektrum des Forschungs- und Präventionszentrums gehören Programme zum chronischen Rückenschmerz, Arthrose, Osteoporose und Sturzprophylaxe.

Die entwickelten Programme von FPZ reduzieren die Auswirkungen der großen chronischen Volkskrankheiten und erzielen breitbandspektrale Effekte auf körperlicher und mentaler Ebene, die die Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden der Menschen nachhaltig steigern.

Es werden ausschließlich Therapien zur Anwendung gebracht, die dem modernsten Stand der Wissenschaft entsprechen und den Nutzen zweifelsfrei bewiesen haben. FPZ versteht sich als Wissensbrücke aus der Wissenschaft in die praktische Anwendung, um Therapeuten und Betroffenen zu befähigen.

Bis 2025 will FPZ seinen teilnehmenden Patienten mehr als 500.000 gesunde Lebensjahre ermöglicht haben.

// FPZ GmbH. GF: Dr. rer. soc. Frank Schifferdecker- Hoch. HRB 24453 Köln.

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung männlicher und weiblicher Sprachformen verzichtet. Sämtliche Sammelbezeichnungen wie Ärzte, Mitarbeiter, Patienten, Wissenschaftler sind

daher als geschlechtsneutral anzusehen.

## Kontaktpersonen



**Catharina Kern**

Pressekontakt

Marketing & PR

[catharina.kern@fpz.de](mailto:catharina.kern@fpz.de)

+49 221 99530651