

Stoßwellentherapie beim Tennisarm

Allgemeine Informationen zu dieser IGeL

- > Einseitige Belastungen beim Sport, am Computer oder bei sonstigen wiederkehrenden Tätigkeiten können zu Reizungen und Entzündungen der Sehnen und Muskeln führen, vor allem am Knochenansatz.
- > Starke Schallwellen sollen die Selbstheilung anregen.
- > Kosten: meist zwischen rund 80 und 200 Euro pro Sitzung.
- > Das bezahlen die Krankenkassen (GKV): Physiotherapie, Schmerzmittel, unter Umständen Bandagen oder eine Operation.

Was sagt der IGeL-Monitor über den Nutzen?

- > Die Stoßwellen sollen Schmerzen lindern. Sie wirken vermutlich auf den Stoffwechsel der Körperzellen, was die Gewebe-Regeneration anregt.
- > Es gibt viele Studien mit unterschiedlichen Ergebnissen. Insgesamt zeigen sich kaum bessere Effekte als nach Scheinbehandlung.
- > Wir sehen zumindest Hinweise auf einen geringen Nutzen.

Was sagt der IGeL-Monitor über den Schaden?

- > Die Studien berichten von Schmerzen, Schwellungen, Blutergüssen, einem

- Taubheitsgefühl und einem Brennen an der Behandlungsstelle.
- > Diese Nebenwirkungen sind häufig, aber vorübergehend.
- > Wir sehen deshalb Belege für einen geringen Schaden.

Was meint der IGeL-Monitor?

- > Unsere Bewertung lautet „tendenziell negativ“, da wir zwar Hinweise auf einen geringen Nutzen, aber Belege für geringe Schäden sehen.

Woher weiß der IGeL-Monitor das?

- > Analyse der internationalen Forschungsliteratur durch das wissenschaftliche Team des IGeL-Monitors.
- > Wichtigste Quellen: Übersichtsarbeit (Dingemans et al., 2014).
- > Detaillierte Informationen zur Analyse unter www.igel-monitor.de.

Was ist der IGeL-Monitor?

- > Der IGeL-Monitor analysiert Nutzen und Schaden von IGeL („Selbstzahlerleistungen“), damit Versicherte sich informieren können.
- > Träger: MDS (Medizinischer Dienst des GKV-Spitzenverbandes).

Ihre Notizen
