

Randomisierte Behandlung des Tennis-Ellbogens mit lokaler Kortikosteroid-Injektion, Naproxen oder Plazebo oral

Die laterale Epikondylitis, auch Tennis-Arm oder Tennis-Ellbogen genannt, ist eine schmerzhafte, die täglichen Verrichtungen mitunter erheblich behindernde Störung, die etwa 4% der Erwachsenen pro Jahr befällt. Lokale Injektionen von Kortikosteroiden und/oder Lokalanästhetika, nicht-steroidale Antirheumatika und Analgetika werden in der Praxis angewandt. Die Effizienz der vielgeübten lokalen Kortikosteroid-Injektion ist bisher nicht durch ausreichend differenzierte Behandlungsstudien belegt. E.M. Hay et al. aus England (Brit. Med. J. [1999, 319, 964](#)) berichten über die Ergebnisse einer in 23 englischen Allgemeinpraxen durchgeführten Studie, an der 164 Patienten zwischen 18 und 70 Jahren mit einer neuen Episode von lateraler Epikondylitis teilnahmen. Die Einjahresstudie wurde von 163 Patienten beendet. Bei offener Randomisierung erhielten 53 Patienten eine einmalige Injektion von 20 mg Methylprednisolon plus 0,5 ml 1% Lidocain 1 cm distal des lateralen Epikondylus ins subkutane Gewebe und in die Muskulatur in Richtung auf den schmerzhaftesten Punkt. 53 Patienten erhielten 14 Tage lang täglich 2 mal 500 mg Naproxen in Form magensaftresistenter Tabletten und 57 Patienten erhielten ähnlich aussehende Plazebo-Tabletten. Die Ergebnisse wurden 4 Wochen sowie 6 und 12 Monate nach Behandlungsbeginn ausgewertet.

Ergebnisse: Nach 4 Wochen waren 92% der Patienten in der Injektions-Gruppe beschwerdefrei oder hatten erheblich weniger Beschwerden. In der Naproxen-Gruppe waren es 57% und in der Plazebo-Gruppe 50%, d.h., spontane Besserung war sehr häufig. Die Injektions-Therapie war zu diesem Zeitpunkt der Behandlung mit Naproxen und Plazebo hochsignifikant überlegen ($p < 0,01$). Nach 12 Monaten waren zwischen den Gruppen keine Unterschiede mehr erkennbar: 84% der Injektions-Gruppe, 85% der Naproxen- und 82% der Plazebo-Gruppe hatten keine oder erheblich gebesserte Beschwerden.

Fazit: Eine frühe lokale Kortikosteroid-Injektion zusammen mit Lidocain (das den Injektionsschmerz lindert) ist eine effektive Akutbehandlung der lateralen Epikondylitis (sog. Tennisarm). Die gute Langzeit-Besserungstendenz wird durch diese Therapie allerdings nicht beeinflusst.