

## **Zusammenfassung Dysmenorrhoe jcm-13-06262**

### **TTNS-Behandlung für Frauen mit Dysmenorrhoe**

**Ziel** Die primäre Dysmenorrhoe (PD) ist eine der Hauptursachen für chronische Beckenschmerzen bei Frauen. Die Studie bewertete die **Wirksamkeit der transkutanen Tibialisnervenstimulation (TTNS)** zur Verbesserung der Lebensqualität, des Schlafs und der allgemeinen Gesundheitsempfindungen der Teilnehmerinnen im Vergleich zu einer Kontrollgruppe von Frauen mit Dysmenorrhoe über kurz-, mittel- und langfristige Zeiträume.

**Ergebnisse** In der Experimentalgruppe wurde nach 12 Wochen Intervention eine **statistisch signifikante Verbesserung** sowohl der körperlichen als auch der psychischen Gesundheitskomponenten im Vergleich zur Kontrollgruppe beobachtet, die sechs Monate nach der Intervention anhielt. Die Studie kam zu dem Schluss, dass TTNS eine sichere und wirksame Strategie zur **Verbesserung der Lebensqualität und der allgemeinen Gesundheit** bei Frauen mit PD zu sein scheint, wodurch möglicherweise die Abhängigkeit von pharmakologischen Behandlungen oder invasiveren Methoden reduziert wird.

**Teilnehmer und Forscher** Von den 61 ursprünglich randomisierten Teilnehmerinnen (31 in der Experimentalgruppe und 30 in der Kontrollgruppe) schlossen 55 die Studie ab und wurden in die abschließende Analyse einbezogen.

Die Forscher waren: Marta Corretero-León, Abteilung für Krankenpflege, Universität Valladolid, Valladolid, Spanien; Javier Calvo-Rodrigo, Hospital Central de la Defensa Gómez Ulla, Madrid, Spanien; Jorge Juan Alvarado-Omenat, FisioSport Salamanca, Salamanca, Spanien; Rocío Llamas-Ramos, Abteilung für Krankenpflege und Physiotherapie, Universität Salamanca; und Inés Llamas-Ramos, Biomedizinisches Forschungsinstitut Salamanca und Universitätsklinikum Salamanca.

**Methoden** Es wurde eine einfach verblindete, kontrollierte klinische Studie durchgeführt, bei der die Teilnehmerinnen zufällig einer Experimentalgruppe (die TTNS erhielt) oder einer Kontrollgruppe (die Schein-TTNS erhielt) zugeteilt wurden. Beide Gruppen durchliefen 12 wöchentliche 30-minütige Sitzungen unter Verwendung des Elektrostimulationsgeräts **NeuroTrac PelviTone (Verity Medical)**. Die Ergebnisse bezüglich Lebensqualität, Schlafdefizit und allgemeiner Verbesserung wurden zu drei Zeitpunkten bewertet: **kurzfristig** (nach der Behandlung), **mittelfristig** (ein bis drei Monate) und **langfristig** (sechs Monate).

Die vollständige Zusammenfassung ist unter  
<https://www.mdpi.com/2077-0383/13/20/6262> zu finden.