

DER ARZNEIMITTELBRIEF

Tai Chi versus aerobes Training beim Fibromyalgie-Syndrom

AMB 2018, 52, 37b

Tai Chi versus aerobes Training beim Fibromyalgie-Syndrom

Fazit: Fibromyalgie ist ein komplexes Syndrom, das multimodal mit Schulungen, aerobem Training und mindestens einem psychologischen Verfahren behandelt werden soll. Eine medikamentöse Therapie wird primär nicht empfohlen, allenfalls unterstützend bei bestimmten Komorbiditäten. Nach einer prospektiven kontrollierten Studie scheint regelmäßiges Tai Chi die Symptome besser zu lindern als aerobes Training. Besonders wirksam scheinen zwei Übungseinheiten pro Woche à 60 Minuten über mindestens 24 Wochen zu sein. [Bitte abonnieren oder Kennlernartikel anfordern ->](#)

-

Alle Artikel zum Schlagwort: Fibromyalgie

Tai Chi versus aerobes Training beim Fibromyalgie-Syndrom [2018, 52, 37b](#)

Pregabalin – rasant steigende Verordnungszahlen für ein Arzneimittel mit Risiken und ohne Vorteil [2011, 45, 29](#)

Verlässliche Daten zu Arzneimitteln DER ARZNEIMITTELBRIEF informiert seit 1967 Ärzte, Medizinstudenten, Apotheker und Angehörige anderer Heilberufe über Nutzen und Risiken von Arzneimitteln.

DER ARZNEIMITTELBRIEF erscheint als unabhängige Zeitschrift ohne Werbeanzeigen der Pharmaindustrie. Er wird ausschließlich durch seine Leserinnen und Leser, d. h. durch die Abonnenten, finanziert. Wir bitten Sie deshalb um Verständnis, dass wir aktuelle Artikel nur auszugsweise veröffentlichen können.

**DER ARZNEIMITTELBRIEF
als Mitherausgeber**

Gute Pillen – Schlechte Pillen

- unabhängige Gesundheitsinformationen für interessierte Laien
- Werbefrei und ohne Einfluss der Pharmaindustrie
- neutrale Berichte über Vor- und Nachteile von Therapien
- wissenschaftlich fundiert

**Zuverlässige Fakten finden
zum Studentenpreis**



**DER ARZNEIMITTELBRIEF
ist Mitglied in der**



Werden Sie Abonnent!

- 12 Ausgaben pro Jahr
- Onlinezugang zum Archiv mit über 3000 Artikeln
- 36 CME Punkte pro Jahr für Ihr Konto bei der Ärztekammer