

## **Schmerzen bei semi- und nicht-professionellen Tänzern** **Jasmin Lampe, Hildesheim, DE**

Einleitung und Methodik: Schmerzen sind im Tanz häufige Symptome. Das gesundheitliche Risikopotenzial von Schmerzen im Tanz hängt von deren Merkmalsausprägungen und vom Umgang mit diesen ab. Insbesondere bei semi- und nicht-professionellen Tanzenden sind Schmerzen derzeit unzureichend erfasst. Ziel der qualitativen und quantitativen Querschnitt-Fragebogenstudie (Online-Version) mit deskriptivem Charakter war die Evaluation und Analyse von Schmerzen bezüglich der Prävalenz, der Lokalisationen, des subjektiven Schmerzempfindens, des zeitlichen Verlaufs, der Schmerzbewertung und des Schmerzverhaltes bei semi- und nicht-professionellen Tänzern. Insgesamt nahmen n=247 Tanzende daran teil.

Ergebnisse: Jeweils über 70% der Befragten gaben Schmerzen im Kontext des Tanzens innerhalb der letzten 12 bzw. 3 Monate an. Hinsichtlich Häufigkeit und Stärke waren in erster Linie der untere Rücken und die Kniegelenke betroffen. Die Schmerzintensitäten auf einer Skala von 0 bis 10 lagen vornehmlich im mittleren Bereich. Die Schmerzdauer betrug mehrheitlich bis zu 3 Tage. In der Selbsteinschätzung der Schmerzen zeigte sich eine hohe Heterogenität der Antworten. Die Mehrheit der Tänzer setzte ihre tänzerische Aktivität trotz der Schmerzen fort. Hinsichtlich der Schmerzbehandlung wurden eine medizinische bzw. therapeutische Behandlung und eine Selbstbehandlung bevorzugt.

Diskussion: Die Ergebnisse zeigen Parallelen (z. B. Schmerzprävalenz) und Unterschiede (z. B. Verhalten) zu bisherigen Studienergebnissen und beweisen nicht nur die hohe Relevanz, sondern auch die Notwendigkeit von Maßnahmen für eine verbesserte Aufklärung.

Kurzbiografie des ersten Autors:

Jasmin Lampe ist seit 2013 als Physiotherapeutin in verschiedenen praktischen Einrichtungen tätig. 2017 schloss sie ihren MSc. in Physiotherapie an der HAWK in Hildesheim ab. Ihr Interesse gilt der Tanzmedizin und der Professionalisierung der Physiotherapie. PD Dr. Dr. med. Eileen M. Wanke leitet seit 2010 den Arbeitsbereich Tanzmedizin am Institut für Arbeits-, Sozial- und Umweltmedizin der Goethe-Universität Frankfurt/Main und ist Mitglied zahlreicher Gremien. Ihr Forschungsinteresse gilt der Prävention im und durch Tanz.