

## **Top Ten der von Patienten als am nützlichsten empfundenen Therapien bei Fibromyalgie**

- Ganzkörper-Wärmetherapie
- Thermalbäder
- Fibromyalgieschulung
- Hinlegen und Ausruhen
- Lokale Wärmetherapie
- Lymphdrainage
- Funktionstraining
- Bäder
- Osteopathie
- Tanztherapie

## **Top Ten der von Patienten am häufigsten angewendeten Therapien bei Fibromyalgie**

- Spaziergehen
- Ablenkung
- Hinlegen und Ausruhen
- lokale Wärmetherapie
- Entspannungsübungen
- Muskeldehnung
- nicht-steroidale Antirheumatika
- Ganzkörperwärmetherapie
- Muskelkräftigung
- Funktionstraining

Checkliste, aus dem Fibromyalgie-Verbraucherbericht, in dem Betroffene die Wirkung von Therapien bewerten (Koordination Dr. med Wilfried Häuser, gefördert durch die Deutsche Rheuma-Liga).