



een vrije
zorgkeuze

Indicaties / Pijnklachten Lage rug

Therapievormen	Aanbeveling
Counselling	B
Craniosacraal therapie	B
Gestalt therapie	C
Homeopathie	B
Hypnotherapie	B
Integratieve psychotherapie*	B
Orthomoleculaire therapie	A
Shiatsu	B
Reflexzone therapie	A
YIN therapie	A

*Mensen kunnen worden doorverwezen naar integratieve psychotherapie op basis van bewijs van minimaal één van de volgende therapieën: Gestalt therapie, Lichaamsgerichte psychotherapie of hypnotherapie.

**Mensen kunnen ook worden doorverwezen naar YIN therapie op basis van bewijs van minimaal één van de volgende therapieën: shiatsu, orthomoleculair of craniosacraal therapie.

Shiatsu	
Conclusie aanbeveling op basis van totaal aan literatuur	B
Op basis van de literatuur die naar voren kwam in de literatuurzoektocht van het Louis Bolk Instituut is de mate van aanbeveling van Shiatsu bij lage rugpijn op basis van inconsistent of beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs.	
Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs Beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs	level 2
Referentie	design
Kobayashi D, Shimbo T, Hayashi H, Takahashi O. Shiatsu for chronic lower back pain: Randomized controlled study. Complement Ther Med. 2019 Aug;45:33-37. doi: 10.1016/j.ctim.2019.05.019. Epub 2019 May 16. PMID: 31331579.	rct

YIN therapie/ Yoga Mensen kunnen ook worden doorverwezen naar yin therapie op basis van bewijs van minimaal één van de volgende therapieën: shiatsu, orthomoleculaire therapie of craniosacraal therapie.	
Conclusie aanbeveling op basis van literatuur	A
Op basis van de literatuur die naar voren kwam in de literatuurzoektocht van het Louis Bolk Instituut zijn er sterke aanwijzingen dat YIN therapie een positief effect heeft op lage rugpijn.	
Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs Goede kwaliteit patiënt gericht bewijs	level 1
Referenties	design
Kim SD. Twelve Weeks of Yoga for Chronic Nonspecific Lower Back Pain: A Meta-Analysis. Pain Manag Nurs. 2020 Dec;21(6):536-542. doi: 10.1016/j.pmn.2020.07.002. Epub 2020 Aug 20. PMID: 32830047.	meta-analyse
Nduwimana I, Nindorera F, Thonnard JL, Kossi O. Effectiveness of walking versus mind-body therapies in chronic low back pain: A systematic review and meta-analysis of recent randomized controlled trials. Medicine (Baltimore). 2020 Aug 28;99(35):e21969. doi: 10.1097/MD.00000000000021969. PMID: 32871946; PMCID: PMC7458239.	meta-analyse



een vrije
zorgkeuze

Indicaties / Pijnklachten Lage rug

Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs Beperkte kwaliteit patiëntgericht bewijs	level 2
Referenties	design
Sun W, Zhang H, Lv C, Tang L, Tian S. Comparative efficacy of 12 non-drug interventions on non-specific chronic low back pain in nurses: A systematic review and network meta-analysis. <i>J Back Musculoskelet Rehabil.</i> 2021;34(4):499-510. doi: 10.3233/BMR-200147. PMID: 33896808.	meta-analyse
Wieland LS, Skoetz N, Pilkington K, Harbin S, Vempati R, Berman BM. Yoga for chronic non-specific low back pain. <i>Cochrane Database Syst Rev.</i> 2022 Nov 18;11(11):CD010671. doi: 10.1002/14651858.CD010671.pub3. PMID: 36398843; PMCID: PMC9673466.	meta-analyse
Zhu F, Zhang M, Wang D, Hong Q, Zeng C, Chen W. Yoga compared to non-exercise or physical therapy exercise on pain, disability, and quality of life for patients with chronic low back pain: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. <i>PLoS One.</i> 2020 Sep 1;15(9):e0238544. doi: 10.1371/journal.pone.0238544. PMID: 32870936; PMCID: PMC7462307.	meta-analyse
Goode AP, Coeytaux RR, McDuffie J, Duan-Porter W, Sharma P, Mennella H, Nagi A, Williams JW Jr. An evidence map of yoga for low back pain. <i>Complement Ther Med.</i> 2016 Apr;25:170-7. doi: 10.1016/j.ctim.2016.02.016. Epub 2016 Mar 3. PMID: 27062965.	meta-analyse

Orthomoleculaire therapie	
Conclusie aanbeveling op basis van totaal aan literatuur	A
Op basis van de literatuur die naar voren kwam in de literatuurzoektocht van het Louis Bolk Instituut zijn er sterke aanwijzingen dat orthomoleculaire therapie een positief effect heeft op lage rugpijn.	
Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs Beperkte kwaliteit patiëntgericht bewijs	level 2
Referenties	design
Zadro JR, Shirley D, Ferreira M, Carvalho Silva AP, Lamb SE, Cooper C, Ferreira PH. Is Vitamin D Supplementation Effective for Low Back Pain? A Systematic Review and Meta-Analysis. <i>Pain Physician.</i> 2018 Mar;21(2):121-145. PMID: 29565945.	meta-analyse
Oltean H, Robbins C, van Tulder MW, Berman BM, Bombardier C, Gagnier JJ. Herbal medicine for low-back pain. <i>Cochrane Database Syst Rev.</i> 2014 Dec 23;2014(12):CD004504. doi: 10.1002/14651858.CD004504.pub4. PMID: 25536022; PMCID: PMC7197042.	meta-analyse
Chrubasik C, Black A, Müller-Ladner U, Chrubasik S. Impact of herbal medicines on physical impairment. <i>Phytomedicine.</i> 2008 Jun;15(6-7):536-9. doi: 10.1016/j.phymed.2007.09.007. Epub 2007 Oct 25. PMID: 17964131.	meta-analyse
Gagnier JJ. Evidence-informed management of chronic low back pain with herbal, vitamin, mineral, and homeopathic supplements. <i>Spine J.</i> 2008 Jan-Feb;8(1):70-9. doi: 10.1016/j.spinee.2007.10.011. PMID: 18164456.	meta-analyse
Jensen OK, Andersen MH, Østgård RD, Andersen NT, Rolving N. Probiotics for chronic low back pain with type 1 Modic changes: a randomized double-blind, placebo-controlled trial with 1-year follow-up using <i>Lactobacillus Rhamnosis GG</i> . <i>Eur Spine J.</i> 2019 Nov;28(11):2478-2486. doi: 10.1007/s00586-019-06046-6. Epub 2019 Jul 15. PMID: 31309333.	rct



een vrije
zorgkeuze

Indicaties / Pijnklachten Lage rug

Sandoughi M, Zakeri Z, Mirhosainee Z, Mohammadi M, Shahbakhsh S. The effect of vitamin D on nonspecific low back pain. Int J Rheum Dis. 2015 Nov;18(8):854-8. doi: 10.1111/1756-185X.12172. Epub 2013 Oct 14. PMID: 24119149.	rct
---	-----

Homeopathie	
Conclusie aanbeveling op basis van totaal aan literatuur	B
Op basis van de literatuur die naar voren kwam in de literatuurzoektocht van het Louis Bolk Instituut is de mate van aanbeveling van homeopathie bij lage rugpijn op basis van inconsistent of beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs.	
Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs	level 2
Beperkte kwaliteit patiëntgericht bewijs	
Referentie	design
Morris M, Pellow J, Solomon EM, Tsele-Tebakang T. Physiotherapy and a Homeopathic Complex for Chronic Low-back Pain Due to Osteoarthritis: A Randomized, Controlled Pilot Study. Altern Ther Health Med. 2016 Jan-Feb;22(1):48-56. PMID: 26773321.	rct

Reflexzone therapie	
Conclusie aanbeveling op basis van totaal aan literatuur	A
Op basis van de literatuur die naar voren kwam in de literatuurzoektocht van het Louis Bolk Instituut zijn er sterke aanwijzingen dat reflexzone therapie een positief effect heeft op lage rugpijn.	
Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs	level 1
Goede kwaliteit patiënt gericht bewijs	
Referenties	design
Kardan M, Zarei B, BahramiTaghanaki H, Vagharseyyedin SA, Azdaki N. The effects of foot reflexology on back pain after coronary angiography: A randomized controlled trial. Complement Ther Clin Pract. 2020 Feb;38:101068. doi: 10.1016/j.ctcp.2019.101068. Epub 2019 Nov 8. PMID: 31739213.	rct
Eghbali M, Safari R, Nazari F, Abdoli S. The effects of reflexology on chronic low back pain intensity in nurses employed in hospitals affiliated with Isfahan University of Medical Sciences. Iran J Nurs Midwifery Res. 2012 Mar;17(3):239-43. PMID: 23833620; PMCID: PMC3696219.	rct
Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs	level 2
Beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs	
Referenties	design
Furlan AD, Giraldo M, Baskwill A, Irvin E, Imamura M. Massage for low-back pain. Cochrane Database of Systematic Reviews 2015, Issue 9. Art. No.: CD001929. DOI: 10.1002/14651858.CD001929.pub3. Accessed 26 June 2023	systematische review
Poole H, Glenn S, Murphy P. A randomised controlled study of reflexology for the management of chronic low back pain. Eur J Pain. 2007 Nov;11(8):878-87. doi: 10.1016/j.ejpain.2007.01.006. Epub 2007 Apr 24. PMID: 17459741.	rct

Energetische therapie	
Conclusie aanbeveling op basis van totaal aan literatuur	B
Op basis van de literatuur die naar voren kwam in de literatuurzoektocht van het Louis Bolk Instituut is de mate van aanbeveling van energetische therapie bij lage rugpijn op basis van inconsistent of beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs.	



een vrije
zorgkeuze

Indicaties / Pijnklachten Lage rug

Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs Beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs	level 2
Referentie	design
Mueller G, Palli C, Schumacher P. The effect of Therapeutic Touch on Back Pain in Adults on a Neurological Unit: An Experimental Pilot Study. Pain Manag Nurs. 2019 Feb;20(1):75-81. doi: 10.1016/j.pmn.2018.09.002. Epub 2018 Nov 10. PMID: 30425012.	rct
Craniosacraal therapie	
Conclusie aanbeveling op basis van totaal aan literatuur	B
Op basis van de literatuur die naar voren kwam in de literatuurzoektocht van het Louis Bolk Instituut is de mate van aanbeveling van craniosacraal therapie bij lage rugpijn op basis van inconsistent of beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs.	
Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs Goede kwaliteit patiënt gericht bewijs	level 1
Referentie	design
Castro-Sánchez AM, Lara-Palomo IC, Matarán-Peñarrocha GA, Saavedra-Hernández M, Pérez-Mármol JM, Aguilar-Ferrándiz ME. Benefits of Craniosacral Therapy in Patients with Chronic Low Back Pain: A Randomized Controlled Trial. J Altern Complement Med. 2016 Aug;22(8):650-7. doi: 10.1089/acm.2016.0068. Epub 2016 Jun 27. PMID: 27347698.	rct
Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs Beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs	level 2
Referenties	design
Dal Farra F, Risio RG, Vismara L, Bergna A. Effectiveness of osteopathic interventions in chronic non-specific low back pain: A systematic review and meta-analysis. Complement Ther Med. 2021 Jan;56:102616. doi: 10.1016/j.ctim.2020.102616. Epub 2020 Nov 13. PMID: 33197571.	meta-analyse
Maher CG. Effective physical treatment for chronic low back pain. Orthop Clin North Am. 2004 Jan;35(1):57-64. doi: 10.1016/S0030-5898(03)00088-9. PMID: 15062718.	review
Ghasemi C, Amiri A, Sarrafzadeh J, Dadgoo M, Jafari H. Comparative study of muscle energy technique, craniosacral therapy, and sensorimotor training effects on postural control in patients with nonspecific chronic low back pain. J Family Med Prim Care. 2020 Feb 28;9(2):978-984. doi: 10.4103/jfmpc.jfmpc_849_19. PMID: 32318454; PMCID: PMC7113991.	rct
Haller H, Lauche R, Sundberg T, Dobos G, Cramer H. Craniosacral therapy for chronic pain: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. BMC Musculoskelet Disord. 2019 Dec 31;21(1):1. doi: 10.1186/s12891-019-3017-y. PMID: 31892357; PMCID: PMC6937867.	meta-analyse
Białoszewski D, Bebelski M, Lewandowska M, Słupik A. Utility of craniosacral therapy in treatment of patients with non-specific low back pain. Preliminary report. Ortop Traumatol Rehabil. 2014 Nov-Dec;16(6):605-15. doi: 10.5604/15093492.1135120. PMID: 25694375.	rct
Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs Ander bewijs	Level 3
Referentie	
Powell W 2nd, Knaap SF. Cranial Treatment and Spinal Manipulation for a Patient With Low Back Pain: A Case Study. J Chiropr Med. 2015 Mar;14(1):57-61. doi: 10.1016/j.jcm.2014.12.001. Epub 2015 Jan 22. PMID: 26644786; PMCID: PMC4371110.	case-studie



een vrije
zorgkeuze

Indicaties / Pijnklachten Lage rug

Counselling	
Conclusie aanbeveling op basis van totaal aan literatuur	B
Op basis van de literatuur die naar voren kwam in de literatuurzoektocht van het Louis Bolk Instituut is de mate van aanbeveling van counselling therapie bij lage rugpijn op basis van inconsistent of beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs.	
Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs	level 1
Goede kwaliteit patiënt gericht bewijs	
Referenties	design
Tavafian SS, Jamshidi AR, Mohammad K. Treatment of low back pain: Second extended follow up of an original trial (NCT00600197) comparing a multidisciplinary group-based rehabilitation program with oral drug treatment alone up to 30 months. <i>Int J Rheum Dis.</i> 2017 Dec;20(12):1910-1916. doi: 10.1111/1756-185X.12540. Epub 2014 Dec 26. PMID: 25546488.	rct
Tavafian SS, Jamshidi AR, Shay B. Treatment of low back pain: First extended follow up of an original trial (NCT00600197) comparing a multidisciplinary group-based rehabilitation program with oral drug treatment alone up to 24 months. <i>Int J Rheum Dis.</i> 2017 Dec;20(12):1902-1909. doi: 10.1111/1756-185X.12468. Epub 2014 Oct 10. PMID: 25307829.	rct
Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs	Level 2
Beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs	
Aanesen F, Berg R, Løchting I, Tingulstad A, Eik H, Storheim K, Grotle M, Øiestad BE. Motivational Interviewing and Return to Work for People with Musculoskeletal Disorders: A Systematic Mapping Review. <i>J Occup Rehabil.</i> 2021 Mar;31(1):63-71. doi: 10.1007/s10926-020-09892-0. PMID: 32356223; PMCID: PMC7954732.	systematische review
Vong SK, Cheing GL, Chan F, So EM, Chan CC. Motivational enhancement therapy in addition to physical therapy improves motivational factors and treatment outcomes in people with low back pain: a randomized controlled trial. <i>Arch Phys Med Rehabil.</i> 2011 Feb;92(2):176-83. doi: 10.1016/j.apmr.2010.10.016. PMID: 21272712.	rct
Barone Gibbs B, Hergenroeder AL, Perdomo SJ, Kowalsky RJ, Delitto A, Jakicic JM. Reducing sedentary behaviour to decrease chronic low back pain: the stand back randomised trial. <i>Occup Environ Med.</i> 2018 May;75(5):321-327. doi: 10.1136/oemed-2017-104732. Epub 2018 Jan 12. Erratum in: <i>Occup Environ Med.</i> 2018 Jun;75(6):474. PMID: 29330230; PMCID: PMC8283944.	rct
Angel S, Jensen LD, Gonge BK, Maribo T, Schiøttz-Christensen B, Buus N. Patients' interpretations of a counselling intervention for low back pain: a narrative analysis. <i>Int J Nurs Stud.</i> 2012 Jul;49(7):784-92. doi: 10.1016/j.ijnurstu.2012.01.010. Epub 2012 Feb 11. PMID: 22326818.	rct
Becker A, Leonhardt C, Kochen MM, Keller S, Wegscheider K, Baum E, Donner-Banzhoff N, Pflugsten M, Hildebrandt J, Basler HD, Chenot JF. Effects of two guideline implementation strategies on patient outcomes in primary care: a cluster randomized controlled trial. <i>Spine (Phila Pa 1976).</i> 2008 Mar 1;33(5):473-80. doi: 10.1097/BRS.0b013e3181657e0d. PMID: 18317189.	rct
Gestalttherapie	
Conclusie aanbeveling op basis van totaal aan literatuur	C
Op basis van de literatuur die naar voren kwam in de literatuurzoektocht van het Louis Bolk Instituut is de mate van aanbeveling van gestalttherapie bij lage rugpijn op basis van matige wetenschappelijke onderbouwing.	



een vrije
zorgkeuze

Indicaties / Pijnklachten Lage rug

Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs Ander bewijs	Level 3
Referentie	
Ellegaard H, Pedersen BD. Stress is dominant in patients with depression and chronic low back pain. A qualitative study of psychotherapeutic interventions for patients with non-specific low back pain of 3-12 months' duration. BMC Musculoskelet Disord. 2012 Sep 6;13:166. doi: 10.1186/1471-2474-13-166. PMID: 22950571; PMCID: PMC3495206.	kwalitatieve studie

Hypnotherapie	
Conclusie aanbeveling op basis van totaal aan literatuur	B
Op basis van de literatuur die naar voren kwam in de literatuurzoektocht van het Louis Bolk Instituut is de mate van aanbeveling van hypnotherapie bij lage rugpijn op basis van inconsistent of beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs.	
Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs Goede kwaliteit patiënt gericht bewijs	Level 1
Referentie	design
Rizzo RRN, Medeiros FC, Pires LG, Pimenta RM, McAuley JH, Jensen MP, Costa LOP. Hypnosis Enhances the Effects of Pain Education in Patients With Chronic Nonspecific Low Back Pain: A Randomized Controlled Trial. J Pain. 2018 Oct;19(10):1103.e1-1103.e9. doi: 10.1016/j.jpain.2018.03.013. Epub 2018 Apr 11. PMID: 29654980.	rct
Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs Beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs	level 2
Referenties	
Morone NE, Greco CM. Mind-body interventions for chronic pain in older adults: a structured review. Pain Med. 2007 May-Jun;8(4):359-75. doi: 10.1111/j.1526-4637.2007.00312.x. PMID: 17610459.	systematische review
Pulling BW, Braithwaite FA, Moseley GL, Jensen MP, Burke ALJ, Collins KL, Hull MJ, Jones HG, Cyna AM, Ferencz N, Stanton TR. Suggestions in Hypnosis to Aid Pain Education (SHAPE) in People with Chronic Low-Back Pain: A Pilot Feasibility Randomized, Controlled Trial. Int J Clin Exp Hypn. 2022 Jul-Sep;70(3):251-276. doi: 10.1080/00207144.2022.2105147. Epub 2022 Aug 15. PMID: 35969169.	rct
Tan G, Rintala DH, Jensen MP, Fukui T, Smith D, Williams W. A randomized controlled trial of hypnosis compared with biofeedback for adults with chronic low back pain. Eur J Pain. 2015 Feb;19(2):271-80. doi: 10.1002/ejp.545. Epub 2014 Jun 17. PMID: 24934738.	rct
Gay, M. C., Philippot, P., & Luminet, O. (2002). Differential effectiveness of psychological interventions for reducing osteoarthritis pain: a comparison of Erickson hypnosis and Jacobson relaxation. European Journal of Pain, 6(1), 1-16.	rct