

Nichtmedikamentöse Methoden

Gerade bei chronischen Schmerzen werden nichtmedikamentöse Maßnahmen zur Schmerztherapie eingesetzt, die entweder von einem Therapeuten oder von dem Patienten selbst durchgeführt werden können. Zum einen sind dies Maßnahmen zur Stimulation der Haut wie beispielsweise Wärmeanwendung, Kälteanwendung oder eine so genannte Neuromodulation, bei der Nerven über die Haut stimuliert werden. Zum anderen können Ablenkung durch innere oder äußere Reize sowie Entspannungsmethoden wie beispielsweise progressive Muskelentspannung und Autogenes Training hilfreich sein.

Viele Patienten wissen, dass sie sich durch eine intensive Beschäftigung mit angenehmen Dingen von dem Schmerzerleben ablenken können, während Ängste und andere Belastungen das Schmerzempfinden noch steigern.

Wir wünschen Ihnen, dass es gelingt, eine für Sie gute Schmerztherapie zu erzielen und dass nicht der Schmerz ihr Leben dominiert.

In der Klinikum Lippe GmbH stehen Ihnen Schmerztherapeuten zur Verfügung, die Sie ambulant konsultieren können. Es wird eine Überweisung des Hausarztes benötigt.



Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient!

Wir möchten Ihnen einige Informationen über das Thema chronische Schmerzen geben.

Was ist chronischer Schmerz?

Schmerz hat viele Gesichter, d. h. Schmerzen können sich auf unterschiedlichste Weise äußern und werden von den Betroffenen ganz unterschiedlich wahrgenommen. Schmerz ist ein häufig auftretendes Problem, denn Schätzungen zufolge leiden in Deutschland etwa 6 Millionen Menschen unter chronischen Schmerzen. Der chronische Schmerz hat im Gegensatz zum akuten Schmerz keine Schutzfunktion mehr für den Körper, sondern ist bereits zur eigenständigen Schmerzkrankheit geworden. Oftmals entwickelt sich dieser chronische Schmerz aus einem Akutschmerz, der nicht ausreichend behandelt worden ist.

Situation chronisch Schmerzkranker

Patienten mit chronischen Schmerzen erleben häufig, dass im Laufe der Erkrankung alle Lebensbereiche (Familie, Beruf, Freizeit) beeinträchtigt werden.

Die Patienten leiden nicht nur körperlich sondern auch seelisch, die Stimmung ist beeinträchtigt und oftmals können sie ihr gewohntes Leben nicht mehr weiterführen. Vielen Menschen fällt es schwer zu verstehen, dass es diese chronischen Schmerzen, deren Ursache nicht immer bekannt ist, tatsächlich gibt.

Ziel der Schmerztherapie

Gerade für diese Patienten ist eine gute Schmerztherapie von elementarer Bedeutung. Sicherlich ist es gerade bei chronischen Schmerzen nicht immer möglich, die Schmerzen vollständig zu beseitigen, aber es sollte eine umfassende Linderung angestrebt werden.

Das Ziel sollte es sein, dass die Patienten ein möglichst aktives Leben führen können! Dieses Ziel kann mit den heute zur Verfügung stehenden Methoden der Schmerztherapie in vielen Fällen erreicht werden.

Schmerzen einschätzen

Die Voraussetzung für eine gute Schmerztherapie ist die Schmerzerfassung. Dabei geht es um die Art der Schmerzen sowie die Auswirkungen dieser Schmerzen auf das Alltagsleben. Wie stark die Schmerzen sind und wie sehr sie den Betroffenen beeinträchtigen kann nur der Betroffene selbst einschätzen.

Anhand dieser Angaben kann der Therapeut eine für Sie individuelle Schmerztherapie festlegen.

Medikamentöse Schmerztherapie

Dazu stehen unterschiedliche Methoden zur Verfügung. Neben den klassischen Schmerzmedikamenten werden bei bestimmten Schmerzarten auch Medikamente gegen Depressionen eingesetzt, weil diese ebenso eine schmerzlindernde Wirkung haben. Einige dieser Medikamente sind mit Nebenwirkungen verbunden, die sich aber in vielen Fällen gut behandeln lassen. Es sollte kein Patient auf eine Schmerztherapie verzichten, weil er unter den Nebenwirkungen leidet.

In einigen Situationen kann eine zufriedenstellende Schmerztherapie nur über so genannte Opiate (Betäubungsmittel) erfolgen. Diese Opiate können oftmals helfen, dass die Patienten wieder ein aktives Leben führen können. Es ist keineswegs so, dass diese Medikamente nur in der letzten Lebensphase eingesetzt werden.