

Stationäre multimodale Schmerztherapie

Moderne Therapiekonzepte bei chronischem Schmerz



Dr. Annette Schläfer und Fachkrankenschwester
Vera Fritsch bei der Schmerzvisite

Wir wissen heute, dass der chronische Schmerz vom akuten Schmerz zu unterscheiden ist und deshalb auch anders behandelt werden muss. Chronische Schmerzen sind Schmerzen, die länger als sechs Monate bestehen und häufig durch mehrere Einflüsse unterhalten oder verstärkt werden. Schmerzen sind sehr subjektiv und deshalb schwer von außen einzuschätzen. Die verschiedenen, auslösenden Faktoren erfordern eine differenzierte Behandlung. Oft haben sich Patienten schon an ihren Schmerz „gewöhnt“ oder glauben, er „gehört dazu“.

Das muss jedoch nicht sein, und wir können Sie in vielen Fällen bei der Schmerzbewältigung wirksam unterstützen. Meistens ist eine ambulante Schmerztherapie durchaus ausreichend, in einigen Fällen ist es angebracht, die Behandlung in einer Tagesklinik durchzuführen. Es gibt aber Fälle, in denen eine stationäre Therapie erforderlich ist: Eine adäquate Schmerztherapie kann Ihre Lebensqualität deutlich verbessern.

Stationäre Schmerztherapie

Die stationäre Therapie chronischer Schmerzen wird bei uns „multimodal“ durchgeführt. Das heißt, dass wir Sie in einem multidisziplinären und multiprofessionellen Team behandeln, mindestens sieben Tage lang. Unser Team besteht aus Fachärzten für Anästhesiologie und Intensivmedizin, die die Zusatzausbildung „spezielle Schmerztherapie“ absolviert haben; aus Kollegen der Fachrichtungen Orthopädie und Unfallchirurgie mit Zusatzausbildung Manualtherapie; Kollegen aus der Neurologie, Radiologie und bei Bedarf konsiliarisch weiterer Fachrichtungen; Diplompsychologinnen u. a. mit der Zusatzausbildung „psychologische Schmerztherapie“, eine Musiktherapeutin, eine Kunsttherapeutin sowie Fachpflegekräfte mit Zusatzausbildungen zu Klangschalenanwendungen, Aromatherapie und Shiatsu gehören ebenso wie speziell geschulte Physiotherapeuten zum Team.

Ihre Situation wird in zertifizierten wöchentlichen interdisziplinären Schmerzkonferenzen, in wöchentlichen Teambesprechungen mit den Pflegekräften der Station, auf der Sie versorgt werden, sowie in täglichen multiprofessionellen Visiten besprochen. Dort wird jeweils das gemeinsame Therapieziel einheitlich festgelegt, so dass „alle an einem Strang ziehen“.

Den Schmerz erkennen

Den Schmerz zu erkennen und richtig einzuschätzen, ist der erste wichtige Schritt für eine erfolgreiche Therapie. Wir unterstützen Sie dabei mit differenzierten Anamnesen, validierten Fragebögen, sorgfältigen körperlichen Untersuchungen und weiterführenden diagnostischen Maßnahmen.

Die folgenden Hinweise sollen Ihnen helfen, Ihre Schmerzen zu beschreiben:

Wichtig ist:

- Wie Ihre Schmerzen sich verändern oder ansteigen;
- Wo Sie Schmerzen haben (dabei können mehrere Schmerzorte betroffen sein);
- Wie Sie Ihren Schmerz beschreiben (zum Beispiel als brennend, stechend, dumpf, krampfartig, etc.);
- Wann Ihr Schmerz begonnen hat und ob es einen Zusammenhang mit anderen Ereignissen gibt.

Schmerzstärke

Wir wollen mit Ihnen zusammen Ihren Schmerz einschätzen, um die richtige Medikation und Behandlung zu erreichen. Deshalb werden wir Sie nach der Stärke Ihrer Schmerzen fragen. Auch wenn es schwierig ist, sollten Sie versuchen, Ihre Schmerzen auf einer Skala von 0–10 einzuschätzen.

Bitte geben Sie dabei auch an, ob Sie Schmerzen schon in Ruheposition oder ausschließlich bei Belastungen (drehen, aufsetzen, gehen, husten) empfinden.

Psychologische Schmerztherapie

Generell steht das Schmerzerleben mit der emotionalen Befindlichkeit in engem Zusammenhang. Daher ist die psychologische Schmerztherapie ein essentieller Bestandteil der multimodalen Schmerzbehandlung. Hierbei wird das emotionale Schmerzerleben gezielt analysiert, indem eine umfassende Schmerzdiagnostik erhoben wird. Anhand der diagnostischen Ergebnisse werden dann gemeinsam mit dem Patienten individuelle Therapieziele erarbeitet. Zielbereiche können hierbei sowohl die Schmerzwahrnehmung selbst, als auch die damit verbundenen Gefühle und Verhaltensweisen sein, die der Schmerzbewältigung dienen.

Allerdings werden auch Einflüsse und Umfeldbedingungen wie berufliche und seelische Belastungen berücksichtigt, die das Schmerzempfinden erheblich beeinflussen können. Zu wesentlichen Einflussfaktoren zählen unter anderem auch Stress, Ängste, Konflikte oder auch erhöhte Leistungsansprüche, die eine Verstärkung und Chronifizierung von Schmerzen bewirken und aufrechterhalten können.

Therapeutisch stehen die Optimierung der eigenen Schmerzbewältigungsmöglichkeiten, sowie das Erlernen von Entspannungsmethoden als Schmerz- und Stressbewältigungsverfahren im Vordergrund der psychologischen Interventionen. Zudem können auch gezielt belastende Problembereiche fokussiert und therapeutisch aufgearbeitet werden, die ein verstärktes Schmerzerleben aufrechterhalten können.

Entspannungsverfahren:

- Klangschaalenmassage
- Shiatsu

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

Musiktherapie/Kunsttherapie

In der Musiktherapie versuchen wir durch Klänge, Musik und verschiedene musikalische Darstellungen eine positive Schmerzwahrnehmung herzustellen.

Hierdurch kann sich das Erleben von Schmerzen verändern. Die Patienten erfahren oft eine tiefe Entspannung, wobei sich die Schmerzintensität meist deutlich verringert.

Manualtherapie

Im manualmedizinischen Ansatz wird Ihre Schmerzsituation zunächst manualdiagnostisch spezifiziert und möglichst genau einer orthopädischen Region zugeordnet. Im zweiten Schritt wird nun durch unsere manualtherapeutisch / chirotherapeutisch geschulten Fachkräfte die exakt lokalisierte Bewegungsstörung sehr selektiv behandelt.

Diese Behandlung, welche maßgeblich durch unsere speziell geschulten Physiotherapeuten erfolgt, besteht nicht nur

aus einem rein manualtherapeutischen Therapieansatz, sondern umfasst zudem noch das gezielte Training der stabilisierenden Muskelgruppen. Durch diese Kombinationsbehandlung und eine zusätzlich durchgeführte Eigenschulung wird eine zunehmende Schmerzlinderung erreicht.

Ziel ist es, dass Sie neben der stationären Schmerzlinderung auch durch Fortführung der gezeigten Übungen („Hausaufgaben“) im post-stationären Verlauf die Erfolge Ihres Klinikaufenthaltes stabilisieren.

Physiotherapie

Zu den angewendeten Verfahren gehören in der Physiotherapie je nach Indikation: Manuelle Therapie, Schlingentherapie, Wärme Therapie, Kälte Therapie, Manuelle Lymphdrainage Therapie, Klassische Massage Therapie, Spiegeltherapie, Atemgymnastik.

Weitere Maßnahmen können Ihnen zusätzlich Linderung verschaffen:

- Wärme-/ Kälteanwendungen
- TENS-Therapie
- Entspannungstechniken wie Yoga, Autogenes Training, Aromapflege etc.
- Verschiedene Lagerungen
- Kleinere Hilfsmittel wie Stützkissen etc.

Nehmen Sie Ihren Schmerz ernst

Eine multimodale, stationäre Schmerztherapie können wir nur geplant nach Anmeldung und Absprache durchführen. Während Ihres Krankenhausaufenthaltes können Sie gern Ihr Pflegepersonal oder Ihren Arzt und Therapeuten ansprechen. Oder bitten Sie Ihren Haus- oder Facharzt, mit uns Kontakt aufzunehmen.



Marienhaus Klinikum Hetzelstift

Stiftstraße 10
67434 Neustadt

Klinik für Anästhesiologie und Intensivmedizin, Notfallmedizin, Schmerztherapie, Palliativmedizin

Stationäre Schmerztherapie

Prof. Dr. Dierk Vagts
Chefarzt
Telefon 06321 859-1001
Telefax 06321 859-1009
E-Mail info@hetzelstift.de

Praxis Dr. Annette Schläfer-Mees
Fachärztin für Anästhesiologie
Schmerztherapie, Palliativmedizin,
Geriatric
Telefon 06321 4845633