

Schmerz lass nach!

Schmerztherapeuten werden oft erst dann zu Rate gerufen, wenn die Pein schon viel zu lange währt

Schmerz – hämmernd, bohrend, stechend oder in sonstiger Form kennt jeder von uns. Schmerz kann sinnvoll sein, weil er uns vor Gefahr warnt. Er kann aber auch lähmend sein und bei längerer Dauer chronisch werden und den Gemütszustand nachhaltig angreifen. Dann ist guter Rat fast nur noch bei Schmerztherapeuten und Schmerzambulanzen von Kliniken zu finden.

In Bonn-Lannesdorf unterhält Dr. Dorothea Karhoff-Schröder seit vielen Jahren eine Praxis für chronische Schmerzpatienten. Wer zu ihr kommt, der hat eine lange Wegstrecke voller Entbehrungen, voller Arzt- und Krankenhausbesuche hinter sich und ist oft schon mit seiner Geduld und seinem Vertrauen ins Gesundheitssystem am Ende. Vielen von ihnen hätte ein früherer Besuch beim Schmerztherapeuten sicher eine Menge Pein erspart.

Aber einen Termin zu bekommen ist schwer, die Warteliste lang. Allerdings bekommen Tumorpatienten und Patienten mit akuten Nervenschmerzen beispielsweise bei einer Gürtelrose schneller einen Termin. Aber nicht jeder Patient weiß, dass es spezielle Schmerztherapeuten gibt. „Das liegt sicher auch an unserem sehr spezialisierten System“, sagt die Ärztin. „Jeder Spezialist sieht oft nur die Möglichkeiten seines Fachgebietes. Und viele Ärzte sind es noch nicht gewohnt im Team zu arbeiten – also andere Spezialisten hinzuzuholen.“



Dr. Annette Gass und Dr. Carolina Link, Leiterinnen der Abteilung Schmerzmedizin am UKB während einer Intervention in der Schmerzambulanz. FOTO: UKB

Diese Erkenntnis bestätigen auch Dr. Carolina Link und Dr. Annette Gass von der Abteilung Schmerzmedizin der Klinik für Anästhesiologie und Operative Intensivmedizin am Universitätsklinikum Bonn (UKB): „Viele Patienten gehen erst zum Hausarzt, dann zu mehreren

Fachärzten – und so ist es ein längerer Weg, bis sie schließlich beim Schmerztherapeuten landen.“ Der Vorteil für Patienten hier: Unter bestimmten Bedingungen wie akuten Tumor-Schmerzen oder akuten Nervenschmerzen kann man in der Schmerzambulanz des UKB recht schnell einen Termin bekommen. Generell gilt hier aber das „Zuweiser-Prinzip“: Nur ein niedergelassener Facharzt für Anästhesiologie darf Patienten an die Schmerzambulanz überweisen. Dafür können hier zusätzlich Eingriffe wie Injektionen unter Röntgenkontrolle und andere spezialisierte Verfahren vorgenommen werden, die niedergelassene Ärzte nur teilweise anbieten.

Viele Menschen wissen inzwischen, dass chronische Schmerzen – den Begriff nutzt man nach sechs Monaten anhaltender Schmerzen – viele Gründe haben können. Sie müssen nicht notwendigerweise eine körperliche Ursache wie Tumor-, Gelenk- oder Rückenkrankung haben. Chronischer Schmerz gilt als eine

„Viele Patienten gehen erst zum Hausarzt, dann zu mehreren Fachärzten – und so ist es ein längerer Weg, bis sie schließlich beim Schmerztherapeuten landen“

Dr. Carolina Link und Dr. Annette Gass
Schmerztherapeutinnen

eigenständige Krankheit und hat seine Warnfunktion verloren. Auch seelische Belastungen können zu körperlichen Schmerzen führen. „Wir machen deshalb auch eine sehr ausgedehnte Anamnese. Der erste Termin dauert immer mindestens eine Stunde.“ Schmerz, Schmerzverlauf und Behandlungen fließen dabei genauso ein wie eine Durchleuchtung der biografischen Hintergründe des Patienten. Ein standardisierter Schmerzfragebogen hilft bei der Auswertung der Erkenntnisse und bei der dann beginnenden Therapie.

Dabei gilt: „Starke Schmerzen erfordern nicht zwingend Opioide“, erklärt Dr. Karhoff-Schröder. Beim Therapieansatz der „multimodalen Behandlungsprogramme“ greifen verschiedene Fachgebiete und Therapieformen wie Schmerzbehandlung, körperliche Aktivität und psychotherapeutische Verfahren ineinander. Manche Schmerzpatientinnen und -patienten schonen sich nämlich aus Angst, die Schmerzen zu verstärken. „Körperliche Schonung ist aber nur sinnvoll, um zum Beispiel eine Verletzung auszuheilen. Bei chronischen Schmerzen kann eine langfristige Schonung jedoch dafür sorgen, dass die Muskelkraft und Beweglichkeit nachlassen. Es kann zu Fehlhaltungen kommen, die wiederum zu Schmerzen führen“, heißt es in einem Bericht der Stiftung Gesundheitswissen.

In der Therapie lernen Patienten unter anderem Schmerz auslöser besser zu kontrollieren, die Schmerzen anders zu verarbeiten und sich ohne Angst vor Schmerzen zu bewegen. jöv



Dr. Karhoff-Schröder nimmt sich Zeit für ihre Patienten. Das ist nötig, denn die Ursachen für Schmerzen sind oft vielfältig. FOTO: PRIVAT