



Den Schmerz in Schach halten

Multimodale Schmerztherapie gibt Patienten neuen Lebensmut

Es sind Geschichten voller Verzweiflung, Wut, Angst und Resignation, die das Team in der Schmerzambulanz am Dorstener St. Elisabeth-Krankenhaus zu hören bekommt: Kopfschmerzen, Rückenschmerzen, Nervenschmerzen, Gelenkschmerzen machen das Leben zur Hölle – und das schon seit vielen Jahren.

In vielen Fällen liegt dem Bohren, Reißen und Brennen in den Gliedern jedoch keine körperliche Ursache zugrunde, die man im Labor oder auf Röntgenbildern entdecken könnte. Aber die Schmerzen sind da, dringen tief in Körper und Seele ein, rauben erst den Schlaf und später den Lebensmut. Über dem hartnäckigen „Begleiter Schmerz“ gehen Jobs verloren, Beziehungen in die Brüche. Bis es am Ende ganz still im Leben der Betroffenen wird: Einsamkeit, Isolation – nur der Würgegriff der Schmerzen, der bleibt.

„Schmerzen sind zunächst eine sinnvolle Einrichtung der Natur. Man kann sie als unseren Bodyguard bezeichnen, denn sie melden uns einen eingetretenen oder drohenden Gewebeschaden im Körper und schützen auf diese Weise unseren Gesamtorganismus. In vielen Fällen ist die Grunderkrankung nichts Bedrohliches, sie gilt häufig sogar als ausgeheilt. Problematisch wird es jedoch, wenn die Schmerzen bleiben und chronisch werden. Sie verändern dann gewissermaßen ihre Funktion und mutieren von einem Beschützer zu einem Aggressor“, erklärt Prof. Dr. Gertrud Haeseler, Chefärztin des Instituts für Anästhesie und Intensivmedizin der KKRN GmbH und

zugleich Leiterin der Schmerzambulanz im St. Elisabeth-Krankenhaus.

Das Konzept, das den Gequälten in der Dorstener Einrichtung Hilfe verspricht, nennt sich „Multimodale Schmerztherapie“. Dahinter verbirgt sich ein Behandlungsansatz, der verschiedene Fachdisziplinen vereint: Schmerzmediziner, Krankengymnasten, Physio- und Ergotherapeuten, Psychologen, Neurologen und Seelsorger arbeiten Hand in Hand. Sie nehmen gleichsam von verschiedenen Blickwinkeln den Schmerz in die Zange. Auf eine einfache Formel gebracht, lautet ihr Ziel: Nicht der Schmerz soll die Menschen im Griff haben, sondern die Menschen den Schmerz.

Am Anfang der Behandlung im St. Elisabeth-Krankenhaus steht eine ausführliche Anamnese: Dabei werden die Patienten zum Beispiel danach befragt, wie sich der Schmerz anfühlt, wann er das erste Mal auftrat und welche Therapieformen Linderung brachten. Die Patienten geben aber auch Auskunft über ihre berufliche und private Situation, denn Schmerzen werden nicht nur durch physische, sondern auch durch psychische Stressfaktoren unterhalten. Eine Trennung, der Verlust eines geliebten Menschen, Mobbing und scheinbar vergessene Traumatisierungen – all das kann dazu führen, dass der Körper streikt.

Um sich aus der Umklammerung des Schmerzes zu befreien, unterstützt das multiprofessionelle Team im St. Elisabeth-Krankenhaus die Patienten auf verschiedenen Ebenen: Zunächst müssen die

Leiden auf ein erträgliches Maß heruntergefahren werden. Dabei helfen neben Tabletten auch Nervenblockaden, Schmerzpumpen oder -katheter, die kontinuierlich Schmerzmittel abgeben. Sind die Beschwerden gut eingedämmt, setzt eine intensive Bewegungstherapie ein. Damit wird der Teufelskreis von Schmerz und Immobilität durchbrochen. So wird nicht nur der Körper fit, sondern die Menschen erleben, dass Bewegung nicht mit Schmerz verbunden sein muss. Unterstützend wirken Entspannungsübungen wie Autogenes Training, Yoga, Biofeedback oder Progressive Muskelrelaxation.

Das Leben neu ordnen, den Alltag umstrukturieren, eigene Ängste anschauen und den Schmerz uminterpretieren: Eine psychologische Beratung oder eine Verhaltenstherapie hilft dabei, die Weichen für das Leben neu zu stellen. *„Studien haben gezeigt, dass das Konzept der Multimodalen Schmerztherapie sehr erfolgreich ist. Denn so können wir manch schlimme Schmerzkariere verhindern“,* macht Prof. Haeseler allen Betroffenen Mut.