



HELIOS Klinikum Wuppertal

Den Schmerz verstehen

Den ganzen Menschen sehen – Multimodale Schmerztherapie
in der HELIOS Klinik Bergisch-Land

Individualität entscheidet

5	Vorwort
6	Station für multimodale Schmerztherapie
8	Dem Schmerz auf der Spur Die Suche nach den auslösenden Faktoren
10	Die Psyche als Schmerzverursacher
11	Psychologische Verhaltenstherapie Psychotherapeutische Angebote
12	Die Rolle der Physiotherapie Physiotherapeutische Angebote
14	Behandelte Krankheitsbilder Beispiele aus unserem Therapiespektrum
15	Die Krankenkassen übernehmen die Kosten, wenn...
16	Multimodale Schmerztherapie
17	Lösungsorientierte, individuelle Therapie
19	Anfahrt und Kontakt



Vorwort

Schmerz nimmt Lebensqualität. Diese Aussage, die ebenso simpel wie ernüchternd klingt, ist für Patienten mit einer chronischen Schmerzerkrankung eine Untertreibung. Der Schmerz bohrt sich in das Leben und droht jegliche Lebensfreude zunichte zu machen. Die Ursache, und damit einen Behandlungsansatz zu finden, ist oftmals schwierig, weil die Auslöser vielfältig sind.

Mit einem breiten multiprofessionellem und therapeutischen Angebot kümmert sich das Team der multimodalen Schmerztherapie des HELIOS Klinikums Wuppertal um Betroffene. Im Mittelpunkt steht immer der Patient mit all seinen Nöten und Bedürfnissen.

In dieser Broschüre möchten wir Ihnen die Möglichkeiten vorstellen, die die multimodale Schmerztherapie bietet.

Gleichzeitig möchten wir Ihnen den neuen Standort unserer stationären multimodalen Schmerztherapie in der HELIOS Klinik Bergisch-Land vorstellen.

Station für multimodale Schmerztherapie

Chronische Schmerzen – ob im Bereich des Rückens, des Kopfes, an Gelenken oder Extremitäten – können das Leben ganz massiv beeinträchtigen. Die Betroffenen begeben sich oftmals auf eine Odyssee zu Ärzten verschiedenster Fachrichtungen, häufig ohne das gewünschte Behandlungsergebnis. Der Schmerz wird zum beherrschenden Lebensmittelpunkt.

Menschen ziehen sich zurück, fühlen sich hilflos und unverstanden. Auch Depressionen können dabei entstehen. Gerade bei chronischen Schmerzpatienten ist deshalb eine vielschichtige Behandlung erforderlich. Zunächst geht es darum, den Patienten und seine Beschwerden ernst zu nehmen.

Unter dem Dach der HELIOS Klinik Bergisch-Land in Ronsdorf betreibt das HELIOS Klinikum Wuppertal unter der Leitung von Frau Dr. Anke Mielke eine Station für multimodale Schmerztherapie mit sechs Betten. Der multimodale Ansatz beinhaltet, dass

der ganze Mensch betrachtet wird - nicht nur die Schmerzregion. Schmerztherapeuten, Neurologen, Psychologen, Physiotherapeuten und die Mitarbeiter des Pflegedienstes arbeiten intensiv zusammen, um für den jeweiligen Betroffenen die bestmögliche Versorgung zu gewährleisten. Je nach Art der Erkrankung kommen Mediziner weiterer spezialisierter Fachrichtungen – beispielweise Orthopäden oder Wirbelsäulenchirurgen – hinzu.

Grundvoraussetzung für die erfolgreiche Behandlung eines Patienten ist ein gewisses Grundvertrauen, das Arzt und Patient ineinander setzen müssen: Der Arzt muss seinem Gegenüber die Schmerzen glauben. Der Patient wiederum sollte sich im Rahmen der multimodalen Behandlung öffnen. Nur so können alle Aspekte, die zur Schmerzentstehung beitragen können, gewürdigt werden.



Dem Schmerz auf der Spur

Multimodale Ursachen

Der Schmerz kann vielerlei Ursachen haben. Es gibt mechanische Auslöser, die im Bewegungsapparat – zum Beispiel im Rücken, an den Gelenken oder den Extremitäten – zu suchen sind. Andere Patienten leiden unter nervenbedingten Schmerzen.

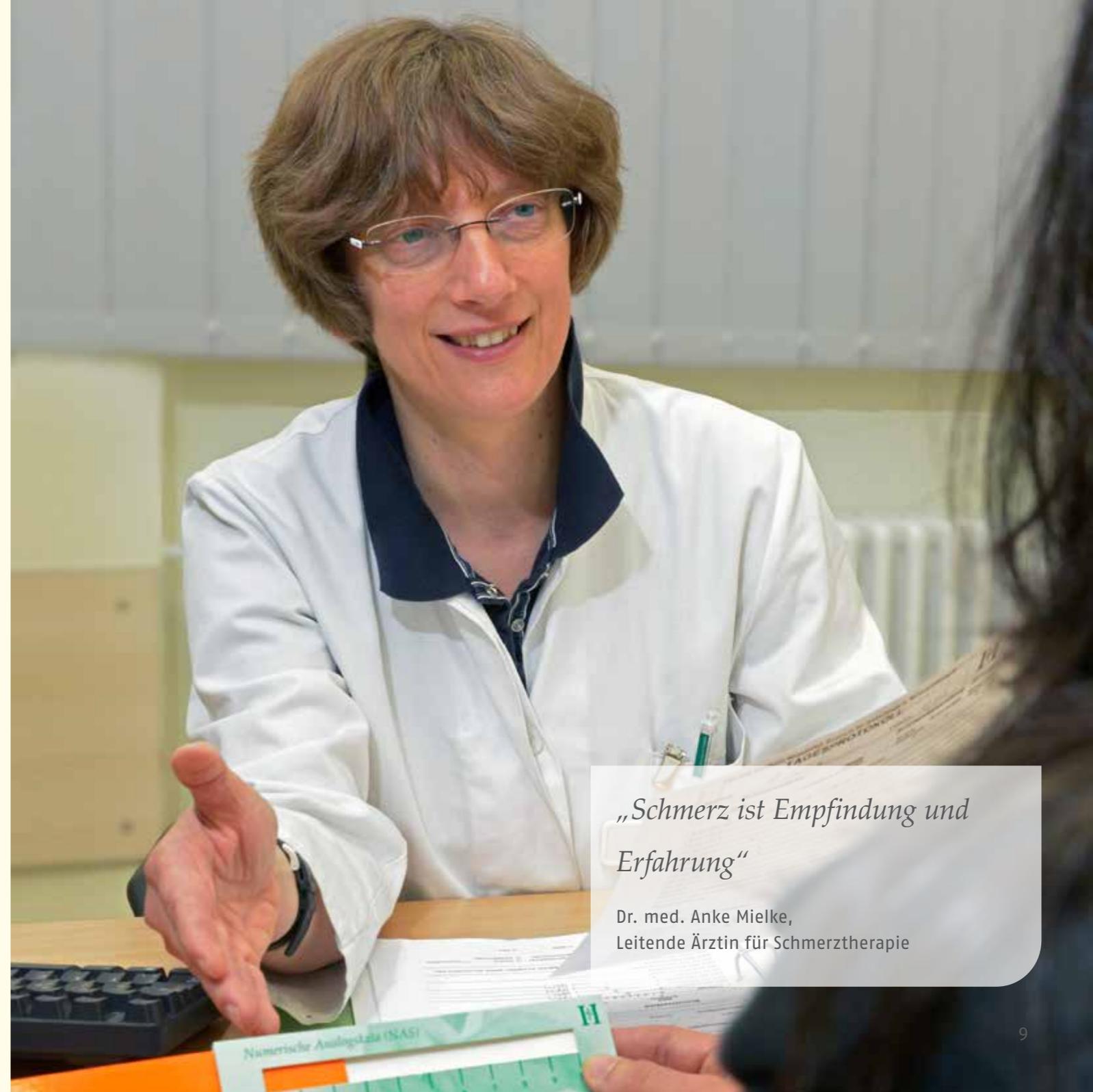
Beispiele sind Polyneuropathien, die durch Diabetes ausgelöst werden können, die Gürtelrose und das komplexe regionale Schmerzsyndrom (Sudeck-Syndrom), das schon nach relativ kleinen Verletzungen zu immensen Schmerzempfindungen führen kann.

Ein weiteres neurologisches Krankheitsbild ist die Migräne. Darüber hinaus hat jede Schmerzempfindung auch einen psychischen oder seelischen Anteil. Dieser kann als Folge von dauerhaftem Stress oder nach Schicksalsschlägen an Bedeutung gewinnen.

Die Suche nach den auslösenden Faktoren

Unabhängig vom Krankheitsbild ist für den Schmerztherapeuten die intensive Beschäftigung mit dem Leidensweg der Patienten von großer Bedeutung. Psychische, physische und soziale Aspekte werden schon im Erstgespräch angesprochen.

Das Vorgehen ist nicht nur symptombezogen. Wichtig ist die ganzheitliche Anamnese. Zunächst wird die gesamte Patientenakte durchgearbeitet, um sich auf diesem Weg mit der jeweiligen Krankheitsgeschichte vertraut zu machen. Dann erfolgt das ausführliche Erstgespräch, das mindestens eine Stunde in Anspruch nimmt. Hier wird auch darauf geschaut, ob der Patient die Bereitschaft zeigt, zusammenzuarbeiten. Dann wird gemeinsam mit dem Patienten entschieden, ob eine stationäre Aufnahme sinnvoll oder eine ambulante Behandlung möglich ist.



„Schmerz ist Empfindung und Erfahrung“

Dr. med. Anke Mielke,
Leitende Ärztin für Schmerztherapie



Die Psyche als Schmerzverursacher

Ohnehin behält das behandelnde Team die seelische Verfassung des Patienten sowie etwaige psychosoziale Aspekte der Erkrankung im Auge. Bei der Entstehung und Aufrechterhaltung des chronischen Schmerzes können psychische Faktoren eine gewichtige Rolle spielen. Beispielsweise sind ein Jobwechsel, persönlicher Stress oder der Verlust einer nahe stehenden Person bedeutende Einschnitte im Leben, die Einfluss auf die körperliche Befindlichkeit haben könnten.

In den ersten Gesprächen geht es hauptsächlich um die Analyse der aktuellen Situation jedes Einzelnen. Ein Teil davon ist die Selbstbeobachtung. Die Patienten schildern, wann die Schmerzen stärker werden oder sich abschwächen, gemeinsam wird geklärt, ob persönliche Stresssituationen eine Rolle spielen oder nicht. Von besonderer Bedeutung ist, was der

Einzelne selber tun kann, um eine Besserung herbeizuführen. Menschen gehen ganz unterschiedlich mit ihren Schmerzen um. Manche versuchen, die Beschwerden zu ignorieren, und gehen beispielsweise weiter ihrer Arbeit nach – bis der Schmerz ganz unerträglich wird. Andere sind voll und ganz auf die Beschwerden fixiert und werden dabei zunehmend trübsinnig. Im Rahmen der Therapie wird auf diese Unterschiede individuell eingegangen.



Psychologische Verhaltenstherapie

Auf dem Therapieplan stehen unter anderem verschiedene psychotherapeutische Angebote, die den Patienten darin unterstützen, den Umgang mit dem Schmerz zu verbessern und individuelle Maßnahmen gegen den Schmerz zu erarbeiten. Das allgemeine Wohlbefinden soll gefördert werden.

Psychotherapeutische Angebote

- Einzelgespräche
- Schmerzbewältigungsgruppe (Austausch der Betroffenen, neue Lebenszielsetzung)
- Genuss- und Achtsamkeitstraining (dem Patienten wird bewusst gemacht, dass er seine Wahrnehmung selbst beeinflussen kann)
- Entspannungstraining (mit Anleitung zum Weiterführen nach Ende der stationären Therapie)
- Hypnotische Techniken
- Imagination

Die Rolle der Physiotherapie

Bei dem multimodalen Ansatz kommt auch das weit gefächerte Spektrum der Physiotherapie zum Tragen. Durch die individuelle Beurteilung des Bewegungsapparates vor der 1. Therapiestunde und die daraus folgende, auf den jeweiligen Patienten abgestimmte, Therapie, ist ein ganz gezieltes Vorgehen möglich.

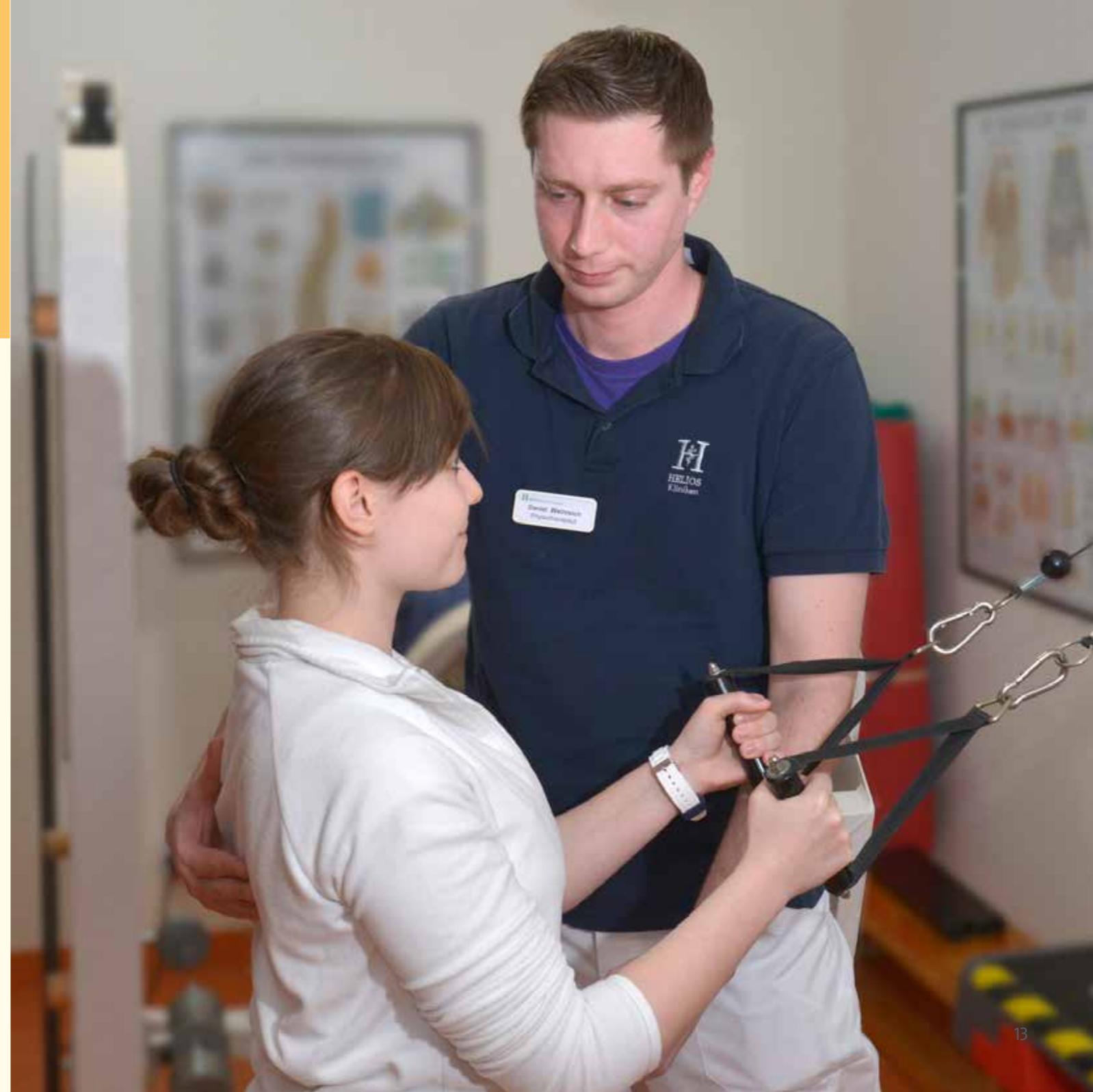
Die intensive Abstimmung unter den verschiedenen Fachrichtungen ist unbedingt notwendig. Denn: Für alle beteiligten Therapeuten und Ärzte ist von Interesse, wie der Patient auf bestimmte Therapiemaßnahmen reagiert. Festgeschrieben ist eine Besprechung pro Woche mit dem kompletten Team. Dem Physiotherapeuten fällt oftmals eine besondere Rolle im Rahmen der multimodalen Schmerztherapie zu. Er ist derjenige, der für den Patienten, auch aufgrund der körperlichen Nähe, eine Vertrauensperson darstellt. Treten in einem Gespräch Aspekte zutage, die mit der Erkrankung in Verbindung stehen könnten, wird dies mit dem Team diskutiert. Schließlich kann jedes Detail dazu beitragen, dass sich der Patient nach der stationären Schmerztherapie gestärkt und zuversichtlicher fühlt.

Physiotherapeutische Angebote

Bei der Behandlung von Schmerzpatienten bedarf es der langjährigen Erfahrung gut ausgebildeter Therapeuten.

Zum Leistungsspektrum gehören:

- Krankengymnastik (dazu gehört auch die Haltungs- und Bewegungsschulung mit dem nötigen Feedback zur Selbstwahrnehmung)
- Gerätetraining
- Massagen (klassisch, Reflexzonen-Massage, Akupunkt-Massage)
- Elektrotherapie zur Schmerzmodulation
- Gangschulung
- Manuelle Therapie
- Traktionsbehandlung am Schlingentisch
- Wärmebehandlungen (Fango, Heißluft)
- Osteopathie
- Faszien-Behandlung
- Einzel- und Gruppentherapie





Behandelte Krankheitsbilder

- Chronische Schmerzen des Bewegungsapparates (Gelenke, Muskeln, etc.)
- Chronische Schmerzstörungen
- Nervenschmerzen (neuropathische Schmerzen)
- Sympathische Reflexdystrophie (CRPS, M. Sudeck)
- Somatoforme Schmerzstörungen
- Kopfschmerzen
- Medikamenteninduzierte Schmerzen
- Phantomschmerzen

Beispiele aus unserem Therapiespektrum

- Akupunktur
- Chiropraktik
- Entspannungstherapie
- Ernährungstherapie
- Farblicht-Therapie
- Hochton-Therapie
- Medikamentöse Therapie
- Moxibustion
- Nervenblockaden
- Neuraltherapie
- Schröpfen
- TENS

Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen die Kosten, wenn...

Die gesetzlichen Krankenkassen zahlen den Krankenhausaufenthalt im Zusammenhang mit einer multimodalen Schmerztherapie. Allerdings müssen bestimmte Voraussetzungen erfüllt sein:

Es muss ein chronischer (d. h. länger als 3 - 6 Monate anhaltender) Schmerz bestehen.

Die Patienten müssen...

... zuvor behandelt worden sein, jedoch ohne Verbesserung der Beschwerden

und:

... unter einer deutlichen oder drohenden Beeinträchtigung der Lebensqualität und/ oder der Arbeitsfähigkeit leiden

und:

... unter psychischen oder körperlichen Begleiterkrankungen leiden.



Selbstverständlich steht die „Multimodale Schmerztherapie“ auch für privat Versicherte und Selbstzahler zur Verfügung.

Wenn Sie unsicher sind, ob diese Voraussetzungen auf Sie zutreffen, sprechen Sie uns gerne an!



Lösungsorientierte, individuelle Therapie

Wenn das ausführliche Gespräch über ihre chronischen Schmerzen geführt, ihre mitgebrachten Untersuchungsergebnisse (Röntgen, CT, MRT, etc.) ausgewertet wurden und die körperliche Untersuchung erfolgt ist, wird für Sie ein individueller Therapieplan erstellt. Darin finden alle Bereiche, die in der multimodalen Schmerztherapie wichtig sind, ihren Platz. Zusammen mit den Psychologinnen werden lösungsorientierte Schmerzbewältigungsstrategien erarbeitet und z. B. Entspannungstechniken geübt. Im Rahmen der Physiotherapie stehen individualisierte Trainingseinheiten im Vordergrund.

Ergänzend werden wir Ärzte der Schmerzmedizin tätig. Es können verschiedenste Therapieverfahren, je nach Indikation, ergänzt werden. So können z. B. Akupunktur, Neuraltherapie, Chiropraktik oder z. B. die Hochton-Therapie sowie gegebenenfalls weitere Therapien (vgl. Therapiespektrum S. 14) hinzugefügt werden.

„Gemeinsam mit Ihnen, dem Patienten, setzen wir uns Ziele“, so die leitende Ärztin Frau Dr. Mielke, dann begleitet das Team Sie in der multimodalen Schmerztherapie, vertraut auf Ihre Mitwirkung und freut sich mit Ihnen, wenn das Ziel näher rückt.



Wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich an unser Team.
Wir helfen Ihnen gerne weiter.

HELIOS Klinikum Wuppertal

stationäre multimodale Schmerztherapie
in der HELIOS Klinik Bergisch-Land

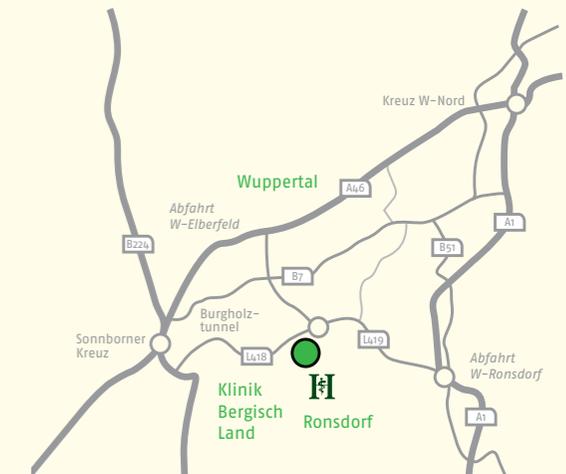
Im Saalscheid 5 • 42369 Wuppertal

Telefon: (0202) 896-16 44 (Schmerzambulanz, Heusnerstraße)

Telefax: (0202) 896-16 45 (Schmerzambulanz, Heusnerstraße)

Email: anke.mielke@helios-kliniken.de

www.helios-kliniken.de/schmerztherapie-wuppertal





HELIOS

Klinikum Wuppertal

**Stationäre multimodale Schmerztherapie
in der HELIOS Klinik Bergisch-Land**

Im Saalscheid • 42369 Wuppertal

Telefon: (0202) 896-16 44 (*Schmerzambulanz, Heusnerstraße*)

Telefax: (0202) 896-16 45 (*Schmerzambulanz, Heusnerstraße*)

anke.mielke@helios-kliniken.de

www.helios-kliniken.de/schmerztherapie-wuppertal

Impressum:

Verleger: HELIOS Klinikum Wuppertal GmbH, Heusnerstraße 40, 42283 Wuppertal

Druckerei: print24 • Friedrich-List-Straße 3 • 01445 Radebeul