



# Schmerztherapie Wege aus der Schmerzspirale

**Wer ständig unter Schmerzen leidet, wartet oft zu lange, bis er oder sie sich in die Hände eines Schmerzspezialisten begibt. Dabei gibt es verschiedene Therapieansätze, die auch bei chronischen Schmerzen Linderung bringen.**

Schmerzen machen uns in der Regel darauf aufmerksam, dass etwas im Körper nicht stimmt, und führen dazu, dass wir uns schonen und die Verletzung pflegen. Normalerweise klingen diese akuten Schmerzen ab, sobald die Ursache beseitigt oder geheilt worden ist. Manchmal verselbstständigt sich aber dieser Schmerz und wird zu einer chronischen Krankheit. Obwohl kein auslösender Reiz mehr vorliegt, werden dem Gehirn weiterhin Schmerzinformationen vermittelt. Dadurch sind die Nervenbahnen, die den Schmerzimpuls durch den Körper leiten, ständig gereizt – der Körper entwickelt ein sogenanntes Schmerzgedächtnis; bereits ein geringer Reiz löst eine erneute Schmerzreaktion aus.

## **Beeinträchtigung der Lebensqualität**

In der Schweiz leiden rund 16 Prozent der Bevölkerung an chronischen Schmerzen. Ursachen für deren Entste-

hung können Gewebeschäden, Erkrankungen des Nervensystems und sonstige schädigende Einflüsse sein, beispielsweise aufgrund eines Unfalls, einer Operation, einer Erkrankung wie Rheuma, Diabetes, Multiple Sklerose oder Krebs. Gelegentlich steht auch ein psychosoziales Geschehen im Vordergrund: Dauerstress oder Traumata können zu chronischen Schmerzen führen. Ein Grossteil der Patienten, die einen Schmerzspezialisten aufsuchen, leidet unter Rücken- oder Nackenschmerzen, beispielsweise als Folge von Abnutzung, einer Diskushernie, einer nicht erfolgreichen Rückenoperation oder wegen muskulärer

hartnäckiger Schmerzen. Weitere häufige Schmerzarten sind Gelenkschmerzen, Kopfschmerzen und Nervenschmerzen wie beispielsweise nach Operationen an der Leiste, dem Brustkorb oder im Bauch oder aber nach einer Infektion mit Herpes zoster. Auch Tumore können chronische Schmerzen verursachen.

Die Betroffenen leiden nicht nur unter dem Dauerschmerz, sondern auch unter den körperlichen Einschränkungen im Alltag und im Beruf; nicht selten geht die Schmerzerkrankung mit depressiver Stimmung, angstvollen Gedanken, Schlafstörungen, verminderter Konzentration, Vereinsamung, Problemen in

## Neues Angebot im Spital Interlaken

Seit einigen Monaten bietet Dr. med. Stefan Stöckli als Belegarzt im Spital Interlaken Patienten eine professionelle schmerztherapeutische Behandlung von akuten und chronischen Schmerzzuständen an. Der Spezialist der Schmerztherapie und der Schmerzforschung fokussiert sich dabei vor allem auf Schmerzen des Bewegungsapparates. Angeboten werden alle heute bewährten Schmerztherapien: z.B. medikamentöse Einstellungen/Optimierungen, Diagnostiken und Therapien von Rückenschmerzen mit gezielten Infiltrationen, lineare Radiofrequenz der die Zwischenwirbelgelenke versorgenden Nerven und der sensiblen Nerven von Knien und Hüften, Sympathikusblockaden und Neurolysen, Ultraschall-gesteuerte periphere Nervenblockaden und Triggerpunktbehandlungen, periphere Neurostimulation oder epidurale Neurostimulation (SCS).

Familie und Partnerschaft oder einem Rückzug aus dem sozialen Leben einher.

### Patienten arbeiten mit

Menschen mit chronischen Schmerzen haben häufig eine mehrjährige Leidensgeschichte hinter sich, bevor sie eine wirksame Schmerzbehandlung erfahren oder einen Schmerzspezialisten aufsuchen – in der Regel vergehen 7,7 Jahre. Die primäre Behandlung chronischer Schmerzen findet bei den meisten Schmerzpatienten durch ihren Hausarzt statt. Bei einem hohen Leidensdruck durch starke, oft komplexe chronische Schmerzen sollte aber ein Spezialist für Schmerzmedizin konsultiert werden. In einer einstündigen Erstkonsultation macht sich der Schmerzspezialist ein genaues Bild über die Vorgeschichte des Patienten, die körperliche und psychische Verfassung sowie die Art der Schmerzen, deren Lokalisation und mögliche Ursachen. So wie es unterschiedliche Ursachen und Formen von chronischen Schmerzen gibt, müssen auch die Behandlungsansätze individuell an die Situation des Schmerzpatienten angepasst werden. Die verschiedenen Möglichkeiten werden mit dem Patienten besprochen, der Behandlungsplan gemeinsam festgelegt.

### Verschiedene Ansätze

Chronischem Schmerz entgegnet man heute mit einer individuell angepassten multimodalen Therapie und – wenn nötig – einer interdisziplinären Schmerztherapie. Dazu gehören beispielsweise Schmerzmedikamente, Infiltrationen, Elektrostimulationen der Nerven, Ner-

venblockaden, physikalische und physiotherapeutische Massnahmen, die Aufklärung über das Krankheitsbild, das Erlernen von Bewältigungs- und Entspannungsstrategien oder psychologisch-verhaltenstherapeutische Verfahren. Es gilt jeweils, aus vielen möglichen Therapien die für den Patienten wirkungsvollsten herauszufiltern und richtig zu kombinieren. Manchmal müssen auch mehrere Therapieansätze hintereinander ausprobiert werden, bevor sich ein Erfolg einstellt. Längst nicht immer lässt sich eine völlige Schmerzfreiheit herstellen – ein eher ehrgeiziges Ziel bei chronischen Schmerzen –, doch in der Regel bringt schon eine Linderung eine zum Teil beachtliche Steigerung der Lebensqualität mit sich. Die Ziele müssen mit jedem einzelnen Patienten vor der Behandlung besprochen werden, um Enttäuschungen oder falschen Erwartungen vorzubeugen.

### Verschiedene Therapieverfahren

Für die Behandlung von Schmerzen stehen verschiedene Medikamentengruppen (WHO Stufen I, II und III sowie Co-Analgetika) zur Verfügung. Kortisonpräparate und Lokalanästhetika können unter Röntgen- oder Ultraschallkontrolle punktgenau an die schmerzhaft gereizten oder entzündeten Strukturen gespritzt werden, um die Schmerzspirale zu durchbrechen. In manchen Fällen von Rückenschmerzen bringt auch die Verödung der kleinen Nerven, die die Zwischenwirbelgelenke versorgen, gute Erfolge. Für einige Patienten ist auch die Implantation einer Schmerzpumpe für die rückenmarksnahen Verabreichung

von Schmerzmedikamenten eine Behandlungsoption.

Bei therapieresistenten Schmerzen kann auch eine Neurostimulation in Erwägung gezogen werden. Sie kann bei Patienten mit chronischen Schmerzen im Rücken und vor allem in den Beinen nach Rückenoperationen, die nicht zum erwünschten Ziel geführt haben, oder bei Schmerzen im Bauch- und Brustkorbbereich (z.B. Angina Pectoris) angeboten werden. In einem kleinen operativen Eingriff werden Elektroden in der Nähe des Rückenmarks eingesetzt, die mit einer Batterie (ähnlich einem Herzschrittmacher) verbunden sind, die unter die Haut zu liegen kommt. Mit einem Steuergerät kann der Patient die Stärke der elektrischen Impulse verändern, die an die entsprechenden Nerven abgegeben werden. Diese Impulse werden je nach Gerät als schwaches Kribbeln bemerkt, sie übertünchen die Schmerzsignale auf ihrem Weg ins Gehirn mit einem feinen Rauschen und führen somit zu einer Schmerzreduktion. Die hochfrequente Rückenmarkstimulation mit 10 000 Hertz ist eine vielversprechende neue Entwicklung der Neurostimulation, das manchmal störende Kribbeln fällt dabei weg.

### Die Auskunftsperson



Dr. med. Stefan Stöckli  
Facharzt FMH für Anästhesiologie  
Fähigkeitsausweis Interventionelle  
Schmerztherapie SSIPM  
Belegarzt Spitäler fmi AG

### Kontakt:

Spitäler fmi AG, Spital Interlaken  
Weissenastrasse 27, 3800 Unterseen  
Tel. 033 826 26 26  
stefan.stoekli@spitalfmi.ch



Link zur Website  
der Schmerztherapie  
Spital Interlaken

Patienten können sich auch an  
die Spezialisten der Spital STS AG wenden.

## Pain Nurse im Spital Interlaken

Rund 40 Prozent der Patienten melden sich nicht, wenn sie Schmerzen verspüren. Dies hat eine Patientenumfrage der Spitäler fmi AG gezeigt. Diesen Missstand zu beheben und den Patienten den Zugang zu einer guten Schmerztherapie zu erleichtern, ist eine der Aufgaben von Pain Nurse Ursula Gehrig, einer speziell in Schmerzmanagement ausgebildeten Pflegefachperson. Sie vermittelt Fachwissen an Pflegefachpersonen und Patienten, tauscht sich mit den Ärzten über Neuerungen aus und fördert das Problembewusstsein in Bezug auf die Betreuung von Schmerzpatienten. Denn eine adäquate Schmerztherapie steigert die Patientenzufriedenheit, fördert die Genesung und rasche Mobilisierung und beugt einer Chronifizierung der Schmerzen und allfälligen Komplikationen vor. Pain Nurse Ursula Gehrig hat im Spital Interlaken die Fachgruppe Schmerz ins Leben gerufen und engagiert sich auch im Qualitätszirkel Schmerz im Spital Frutigen. In diesen Fachgruppen sind Ärzte und Pflegenden aller Abteilungen vertreten.