



Pressemitteilung

9. September 2019

Dem chronischen Schmerz Paroli bieten

Neurologen des Klinikums Merzig informierten über die multimodale Schmerztherapie

Merzig. „Schmerz lass nach!“ hatten die Neurologen des Klinikums Merzig ihre jüngste Vortragsveranstaltung überschrieben. Die Klinik bietet unter anderem die multimodale Schmerztherapie an. Dabei lernen die Patienten, wie man einem chronischen Schmerz erfolgreich Widerstand leisten kann.

Rund 90 Prozent aller Kopfschmerzen seien harmlos, sagt Neurologie-Chefarzt Professor Dr. Matthias Strittmatter. Die anderen zehn Prozent jedoch müssten dringend vom Arzt behandelt werden, denn die Ursachen können ein Schlaganfall, eine Blutung, eine Meningitis oder ein Tumor sein. „Das ist zwar selten, aber je früher man darauf reagiert, desto besser“, so Strittmatter. Woran man einen solchen Kopfschmerz erkennen kann? „Wenn der Schmerz plötzlich anders ist als sonst. Oder wenn es Begleitsymptome wie Lähmungen, Seh- oder Gefühlsstörungen gibt“. Auch wenn ein älterer Mensch plötzlich Kopfschmerzen in einer Schläfe hat, sollte unbedingt nach der Ursache geschaut werden.

Wie ein Schmerz entsteht und wie man ihn mit Hilfe der multimodalen Therapie erfolgreich behandeln kann, erläuterte Dr. Raphael Jung, Leiter der Schmerzstation. Ein Schmerzreiz setzt im Körper Botenstoffe frei und wird so durchs Rückenmark zum Gehirn geleitet. Dabei kann der Reiz an verschiedenen Stellen unterbrochen werden. Die Synapsen, die Verbindungen zwischen den einzelnen Nervensträngen, bilden dabei eine Art „Torwächter“. Außerdem gibt es ein schmerzhemmendes System. Ein chronischer Schmerz entsteht, wenn das Gehirn bei andauernden Schmerzreiz lernt: „Da tut was weh!“, und sich schließlich vom Auslöser entkoppelt. Das Ziel der multimodalen Schmerzbehandlung ist es einerseits, die Hyperaktivität des leitenden Systems zu verringern und das schmerzhemmende System zu fördern. „Schmerz hängt auch immer mit Geist und Seele zusammen“, so Dr. Jung.

Deshalb ist bei der Multimodalen Schmerztherapie auch die Neuropsychologin Dr. Sabine Schumacher-Bittner mit im Boot. Ziel sei es, das Schmerzleiden zu lindern. Oft sei eine wesentliche Erfahrung für die Klienten, wenn diese merken, dass sie ihr Schmerzempfinden selbst beeinflussen können. Auch die Angst vor dem Schmerz führe häufig dazu, sich zu schonen, um Schmerz zu vermeiden. „Dies kann ein Teufelskreis werden, den wir in der multimodalen Schmerztherapie zu durchbrechen versuchen.“

Mit speziellen Schmerzbewältigungsstrategien und Bewegung im richtigen Bereich zwischen Schonung und Überaktivität, kann das erreicht werden. Hilfreich dabei sind auch Entspannungsverfahren und die Steuerung der Aufmerksamkeit. „Wir wollen das Denken wieder weit machen: Vom Schmerz weg, hin zu den angenehmen Dingen des Lebens“, sagt Schumacher-Bittner.

Oberarzt Dr. Daniel Ostertag berichtet über neue Erkenntnisse bei der Therapie der Migräne. Sein Rat: „Menschen, die an Migräne leiden, sollten unbedingt zum Neurologen gehen.“ Es gebe inzwischen sehr gute Möglichkeiten der Therapie.

Was bei einer multimodalen stationären Schmerztherapie passiert, erläuterte der leitende Physiotherapeut Dirk Kimenai. Die durchschnittliche Aufenthaltsdauer beträgt zwischen einer und drei Wochen. Schmerzpatienten sollten eine solche Therapie auf jeden Fall mit ihrem Hausarzt besprechen, empfiehlt Patientenkoordinatorin Sabine Rauch-Erbel.

(Bildtext)

Sie informierten zum Thema Schmerz und multimodale Schmerztherapie (v.l.n.r.): Dr. Raphael Jung, Dr. Daniel Ostertag, Chefarzt Prof. Dr. Matthias Strittmatter, Dr. Sabine Schumacher-Bittner, Patientenkoordinatorin Sabine Rauch-Erbel und Dirk Kimenai.

*Foto: Alexandra Broeren/SHG
9. September 2019*