

Multimodale Schmerzbehandlung

Eine hilfreiche Option bei orthopädischen Erkrankungen

Immer mehr Patienten leiden an Beschwerden von Knochen und Gelenken. Die Schmerzen, die damit einhergehen, sind oft so hartnäckig, dass sie über die eigentliche Erkrankung hinaus andauern. Untersuchungen zeigen, dass mehr als 50 Prozent der Arztbesuche beim Orthopäden allein auf Schmerzen an der Wirbelsäule zurückzuführen sind. „Vielfach ist das Schmerzbild so ausgeprägt, dass Alltag, Familie und Beruf dadurch in Mitleidenschaft gezogen werden“, erklärt Dr. Jochem Schunck, Chefarzt am EndoProthetikZentrum der Maximalversorgung Eduardus-Krankenhaus in Köln-Deutz.



Herr Dr. Schunck, was genau muss man sich unter chronischem Schmerz vorstellen?

Dr. Schunck: Von einem „chronischen Schmerz“ spricht man, wenn dieser über sechs Monate andauert, ohne dass irgendeine Behandlung geholfen hat. Der Schmerz hat sich quasi zu einem eigenständigen Krankheitsbild entwickelt, was sich die Patienten häufig gar nicht klar machen. Insgesamt wirken sich die Schmerzen nachhaltig auf unser biologisches, soziales und psychisches Wohlbefinden aus und bringen es aus dem Gleichgewicht. Da sich die Betroffenen häufig von ihren Mitmenschen zurückziehen, droht zudem die soziale Isolation.

Worauf kommt es bei der Behandlung an?

Dr. Schunck: Es ist wichtig, die Symptome rechtzeitig zu erkennen und so schnell wie möglich eine fachübergreifende Behandlung einzuleiten, welche alle Facetten des Schmerzes berücksichtigt. Erreichen lässt sich dies durch eine klar definierte „multimodale Schmerztherapie“. Unter dem Begriff „multimodal“ werden mehrere ineinandergreifende Behandlungsansätze verstanden. Diese betreffen den körperlichen, psychischen und sozialen Schmerzhintergrund. Ziel ist es, die Schmerzen zu lindern und den Patienten wieder fit für den Alltag zu machen. Darüber hinaus sollen körperliche Schwächen reduziert und das Selbstbewusstsein gestärkt werden. Außerdem geht es darum, das Durchhaltevermögen zu fördern und die Arbeitsfähigkeit aufrecht zu erhalten bzw. wiederherzustellen.

Wie wird dieses Therapiekonzept umgesetzt?

Dr. Schunck: Die multimodale Schmerztherapie im Eduardus-Krankenhaus erfolgt unter stationären Bedingungen im Rahmen eines Aufenthaltes von mindestens sieben Tagen Dauer. Am Aufnahmetag findet zunächst eine gründliche orthopädische und psychotherapeutische Untersuchung statt. Anschließend werden unter Einbeziehung des Patienten die Therapieeinheiten geplant und in Form eines Wochenplans festgelegt. Daran ist das gesamte Team beteiligt, welches auf die verschiedenen Ursachen und Formen des Schmerzes eingeht und zusammen mit dem Patienten Lösungsansätze erarbeitet. Es setzt sich zu-

sammen aus Schmerztherapeut, Psychotherapeut, Psychologe, Krankengymnast sowie Ergo- und Bewegungstherapeut. Nach den Aufnahmegesprächen findet die Behandlung statt.

Woraus besteht diese im Einzelnen?

Dr. Schunck: Neben schmerztherapeutischen Verfahren wie Akupunktur, Stoßwelle, medikamentöser Behandlung und gezielten Infiltrationen wird besonderer Wert auf aktive Übungselemente gelegt. So kommt der Physio-, Ergo- und Bewegungstherapie entscheidende Bedeutung dabei zu, die

Auszug aus dem Wochenplan der multimodalen Schmerztherapiegruppe:

	MONTAG	DIENSTAG
9:00-9:30		
9:30-10:00	Physiotherapie MTT (med. Trainingstherapie), Ergotherapie, Rückenschule	
10:00-10:30		
10:30-11:00		
11:00-11:30		Psychotherapeutin/ Orthopäde (individueller Termin)
11:30-12:00		
12:00-13:00	gemeinsames Mittagessen	
13:00-13:30		Entspannung, eigentätige Übung
13:30-14:30	Psychotherapeutin/ Orthopäde (individueller Termin)	
14:00-14:30		Aktive Körpererfahrung: Koordinationsschule
14:30-15:00		
15:00-15:30	Psychologin (Ent- spannungsverfahren)	
15:30-16:00		
16:00-16:30		
16:30-17:00	Arzt, Therapie (Akupunktur, Infiltration)	Arzt, alternative Schmerz- behandlung
17:00-17:30		
17:30-18:00		

Walking

Stoßwelle

Arbeitsplatz-
gestaltung

Körperwahrnehmung und das Körperbewusstsein wiederzuerlangen. Eine Rückenschulung, welche sich u.a. mit dem korrekten Sitzen beschäftigt, sowie das Erlernen von Entspannungsverfahren mit im Einzelfall möglicher Bio- Feedback Kontrolle runden das Programm ab. Regelmäßige Teamsitzungen erlauben die individuelle Anpassung der Behandlung. Das Team erfasst und dokumentiert den Behandlungsverlauf und arbeitet Problemlösungen aus. Insgesamt verhilft die Therapie dem Patienten zu einer gestärkten körperlichen und sozialen Funktionstüchtigkeit, was zugleich einen Gewinn an Lebensqualität bedeutet. Abschließend wird gemeinsam mit dem Patienten die ambulante Weiterbehandlung geplant. Generell gilt es, aus den im Rahmen des Aufenthaltes angebotenen vielfältigen Behandlungsansätzen diejenigen herauszufinden, auf die der Patient am

besten anspricht, so dass diese im Alltag um- und fortgesetzt werden können. Empfohlen wird die Anbindung an den behandelnden Hausarzt, Schmerztherapeuten oder Orthopäden.

Wie beurteilen Sie die Ergebnisse Ihres Therapiekonzepts?

Unsere Ergebnisse zwei Jahre nach Einführung der stationären multimodalen Schmerzbehandlung zeigen, dass die Patienten subjektiv zufrieden sind und ihre Schmerzen deutlich besser bewältigen können. Viele von ihnen berichten, dass sie mit ihren Schmerzen ernst

genommen und diese intensiv im Team behandelt wurden. Es hat sich herausgestellt, dass das Behandlungsteam im Verlauf des Behandlungsprozesses trotz der häufig schwierigen Ausgangssituation zu einer festen und effizienten Einheit zusammenwächst. Untersuchungen zeigen, dass nach einem multimodalen Programm wesentlich mehr Teilnehmer an ihren Arbeitsort zurückkehren, als es bei herkömmlicher, häufig allein medikamentös ausgerichteter Behandlung der Fall ist. Die Effektivität der multimodalen Schmerzbehandlung bei Rückenschmerzpatienten wird durch Vergleichsstudien der Krankenkassen belegt.

Herr Dr. Schunck, haben Sie vielen Dank für dieses aufschlussreiche Gespräch.



Dr. Jochem Schunck

Weitere Informationen

Tel.: 0221 / 82 74 - 23 80
orthopaedie@eduardus.de