



## **PATIENTENINFORMATION SCHMERZTHERAPIE**

### **Einige Vorbemerkungen:**

Schmerz ist ein Gefühl, das jeder kennt. Überwunden bzw. ertragen wird er meist leichter, wenn man davon ausgehen kann, dass er vorübergeht. Menschen, die unter chronischen Schmerzen leiden, fühlen sich Ihnen oft ausgeliefert und suchen vergeblich mit Hilfe immer neuer Therapien nach Unterstützung und Entlastung. Wir wissen heute, dass Schmerzen (eben weil es Gefühle sind!) immer eine körperliche und eine seelische Komponente haben und deshalb auch nicht mit ausschließlich körperlich orientierten Behandlungsmaßnahmen gebessert werden können. Sie werden jetzt vielleicht denken „Ich bin doch nicht verrückt!“ und fühlen sich wegen des Vorschlages, eine psychotherapeutische Behandlung zu beginnen, nicht ernst genommen. „Im Gegenteil“ können wir da nur antworten. Wir werden mit Ihnen gemeinsam die Fragen danach, was Ihnen „Kopferbrechen“ macht oder was Ihnen „das Rückgrat bricht“ sehr ernst nehmen.

### **Unsere Aufnahmekriterien:**

Wenn Sie mit Ihrem Behandler/In über eine stationäre psychosomatische Behandlung sprechen, dann haben Sie wahrscheinlich schon über längere Zeit (6 Monate und länger) chronische Schmerzen, z.B. im Bereich des Skelettsystems oder dauernde bzw. dauernd wiederkehrende Kopfschmerzen. Sie haben schon ambulante Behandlungen ohne ausreichende Besserung durchlaufen und haben vielleicht schon psychotherapeutische Gespräche geführt. Wenn Sie grundsätzlich bereit sind, sich mit der psychologischen Seite Ihrer Beschwerden auseinanderzusetzen, und wenn Sie an der Reduzierung süchtig machender Medikamente interessiert sind, können Sie bei uns aufgenommen werden. Bedenken Sie bitte, dass alle aufwendigeren diagnostischen Verfahren abgeschlossen sein sollten, bevor Sie zu uns kommen, weil immer neue Untersuchungen die Behandlung behindern würden.

### **Die Behandlung:**

Bei uns erwartet Sie kein schematisiertes Programm sondern eine individuelle Zusammenstellung unterschiedlicher Behandlungsbausteine mit dem Ziel, eine optimale Wirkkombination zu erreichen. Die Behandlung selbst setzt sich aus drei Elementen zusammen: körperliche Aufnahmeuntersuchung und Betreuung, psychologische und physiotherapeutische Behandlung; einzeln und in der Gruppe. Welche spezielle Gruppentherapie und welche krankengymnastische Gruppenbehandlung sinnvoll sind, wird in den jeweiligen Aufnahmegesprächen entschieden. Je nach Problemstellung können medikamentöse Behandlungen und Sondermaßnahmen (z.B. Einzelkopfschmerzbehandlung oder Bewegungstherapie) hinzukommen. Da viele Schmerzpatienten auf Medikamente mit Abhängigkeitspotential eingestellt sind, wird gegebenenfalls und soweit möglich auch eine Reduktion bzw. ein Absetzen der Medikamente erforderlich werden. Die Behandlungsdauer liegt durchschnittlich bei etwa sechs bis acht Wochen. Wenn Sie sich vorstellen können, sich innerhalb des beschriebenen Rahmens intensiver mit der psychischen bzw. psychosomatischen Seite Ihrer Beschwerden auseinanderzusetzen, brauchen Sie nur noch eine Einweisung eines Facharztes, eine Voranmeldung sowie eine Kostenzusage Ihres Kostenträgers und können dann, nach hoffentlich kurzer Wartezeit aufgenommen werden.

### **Ein Wort zu den Zielen:**

Schmerzfrei leben ist ein verständlicher Wunsch aber auch ein hohes Ziel, manchmal ist die Abmilderung der Beschwerden oder die Besserung des Umganges mit Ihnen schon das, was in einem stationären Aufenthalt erreichbar ist. In den wenigen Wochen, in denen Sie bei uns sind, kann immer nur ein Anfang gemacht werden, so dass der ambulanten Nachbehandlung eine große Bedeutung zukommt.