

Schmerztherapie beim ipu und beim ipg

1 Was ist Schmerz?

Bekannte Schmerzen sind z.B. Kopfschmerzen, Muskelschmerzen und Wundschmerzen. Schmerzen melden einen gesundheitlichen Schaden oder eine potenzielle Schädigung. Durch Heilung des gesundheitlichen Schadens oder durch ein geeignetes Schmerzpharmakon verschwindet meistens der Schmerz. Wenn allerdings das Meldesystem, vor allem die Nervenbahnen, selbst geschädigt ist (vor allem wegen einer Läsion), entstehen Fehlmeldungen, die sehr heftig sein können und durch Medikamente kaum beseitigt werden können. Zu den Fehlmeldungen gehören auch die sogenannten Phantomschmerzen. Von Schmerz betroffene Menschen sind oftmals aufgewühlt und stehen unter großen emotionalen Spannungen. Schmerzen belasten als leidvolle Wahrnehmung, der die Betroffenen entfliehen möchten. Eine schwere Krankheit können chronische Schmerzen sein.

2 Ziel und Zielgruppe

Eine psychotherapeutische Schmerztherapie dient vornehmlich dazu, die leidvolle Wahrnehmung krankheitswertiger Schmerzen abzuschwächen. Gelegentlich kann eine psychotherapeutische Schmerzbehandlung die pharmakologische Behandlung verkürzen oder modifizieren. Dies kann für chronische Schmerzpatienten eine Erleichterung bewirken. Nur in wenigen Fällen gelingt es allerdings, die pharmakologische Behandlung ganz abzusetzen.

3 Vorgehen

Es erfolgt zunächst eine Analyse von Schmerzabläufen, die dem Betroffenen aus unterschiedlichen Zuständen bekannt sind. Dazu wird unter anderem das Verfahren der **Schmerztomographie*** und **-topographie*** verwendet. Mit Hilfe der Schmerztomographie werden Schmerzentstehung und -abläufe in möglichst kleine Elemente zerlegt und visuell sowie verbal beschrieben. Diese Vorgehensweise dient vor allem einer entlastenden Objektivierung von Schmerzmechanismen.

Im Zentrum des Vorgehens steht die Neuorientierung der Wahrnehmungsschwerpunkte: Nicht mehr der Schmerz soll im Vordergrund der Wahrnehmung stehen, sondern möglichst viele andere wichtige Empfindungen und Erlebnisse. Über neue Gewichtungen und neue Erfahrungen kann eine Umorientierung der Wahrnehmung erreicht werden, die zu einer weniger belastenden Schmerzwahrnehmung führen kann.

Für die umfassende Erfüllung der Aufgaben stehen Psychologinnen und Psychologen, eine Körpertherapeutin und externe, kooperierende Mediziner zur Verfügung.

* Fachbegriffe von Echterhoff

4 Organisation schmerztherapeutischer Maßnahmen

Standardmäßig ist folgender Ablauf vorgesehen:

- Vorplanung und Vorprüfung von ipu/ipg mit Kostenträger und mit Patient (1. Tag),
- Schriftliche Planung der Maßnahme mit Terminen durch ipu/ipg (2. Tag),
- Kostenplanung nach Standardsätzen durch ipu/ipg (2. Tag),
- Kostenzusage des Kostenträgers (3. oder 4. Tag),
- Beginn der Maßnahme bei ipu/ipg vorzugsweise ab dem 5. Tag.

Während der laufenden Maßnahme erfolgen Zwischenbilanzen mit dem Betroffenen und mit dem Kostenträger.

Nach Abschluss der Maßnahme erfolgt die Berichterstattung an den Kostenträger innerhalb von 5 Tagen.

Erreichbarkeiten

Institut für Psychologische Unfallnachsorge (ipu)
Institut für Psychologische Gesundheitsförderung (ipg)
Mauritiussteinweg 1
50676 Köln (Innenstadt)
Tel.: 0221 969 20 39
Fax: 0221 969 26 77

E-Mail: echterhoff@unfallnachsorge.de und trautmann@kompetenzentwicklung.de
Internet: www.unfallnachsorge.de und www.kompetenzentwicklung.de