

## Hilfe für ein schmerzfreieres Leben

### **Nicht-medikamentöse Schmerztherapie am Universitätsklinikum Jena (UKJ) ergänzt Behandlungsverfahren verschiedener Fachbereiche für optimale Therapie akuter und chronischer Schmerzen**

*Jena (UKJ/tw).* Vor rund eineinhalb Jahren hat sich das Leben von René Matthias schlagartig verändert. Die Folgen einer Operation machen den 49-jährigen Koch berufsunfähig. Er hat starke Schmerzen im gesamten Arm, dessen Beweglichkeit ist erheblich eingeschränkt. Seine Hand kann er nicht mehr zur Faust ballen, auch ein Zugreifen ist aufgrund des Druckschmerzes nicht mehr möglich. Die meisten Medikamente helfen nicht, auch mehrere Reha-Besuche brachten keine Besserung - der Schmerz blieb dauerhafter Begleiter. Der Weg führte René Matthias schließlich in die Klinik für Unfall-, Hand- und Wiederherstellungschirurgie des Universitätsklinikums Jena (UKJ). Hier erhält er eine umfangreiche Behandlung, deren Teil auch die sogenannte multimodale Schmerztherapie ist.

Durch die enge Zusammenarbeit mehrerer medizinischer Fachbereiche wird versucht herauszufinden, was akuter und chronischer Schmerz bei den Patientinnen und Patienten ist und wie eine passende Therapie aussehen könnte. Bei der multimodalen Schmerztherapie greifen letztlich verschiedene Behandlungsverfahren ineinander, dazu gehören etwa Physio-, Ergo- und Sporttherapie, psychologische Unterstützung, schmerztherapeutische und psychologische Schulungen sowie Entspannungsübungen, die in Kombination helfen sollen, den Schmerz besser bewältigen zu können. „Dabei stellen auch nicht-medikamentöse Verfahren bei uns am UKJ eine immer größere Rolle und eine ideale Ergänzung traditioneller Methoden dar“, sagt Prof. Winfried Meißner, Leiter der Schmerztagesklinik am UKJ.

Zu René Matthias' Programm der multimodalen Schmerztherapie gehören unter anderem Ergo- und Physiotherapie sowie eine Elektrotherapie mit einem sogenannten TENS-Gerät. TENS steht für Transkutane Elektrische Nervenstimulation. Bei dieser werden elektrische Impulse über Elektroden an der Haut abgegeben, welche die Schmerzsignale im Nervensystem beeinflussen. Durch die Reizstrombehandlung, welche die Patientinnen und Patienten als Kribbeln wahrnehmen, werden die Schmerzen gedämpft. „Ein Vorteil ist außerdem, dass die Patientinnen und Patienten nach Absprache mit dem Arzt die Behandlung selbst durchführen können und dadurch unabhängiger sind“, so Prof. Winfried Meißner.

Zum Einsatz kommen nicht-medikamentöse Verfahren auch bei Operationen. Beispielsweise werden Patientinnen und Patienten während der Narkose Kopfhörer aufgesetzt, über die positive Suggestionen abgespielt werden. „Auch wenn die Patientinnen und Patienten schlafen, nehmen sie die Erklärungen unterbewusst auf. Studien haben ergeben, dass diese Methode dazu beiträgt, dass nach der OP ein Drittel weniger Schmerzmittel verabreicht werden“, erklärt Prof. Winfried Meißner.

Um diese erprobten Behandlungsverfahren am UKJ stetig um neue zu erweitern, wird auch ein intensiver Austausch mit anderen Experten aus ganz Deutschland gepflegt, die über jahrelange praktische Erfahrung auf dem Gebiet der nicht-medikamentösen Verfahren verfügen. So wurde jüngst anlässlich des zehnjährigen Bestehens der Schmerztagesklinik am UKJ auch ein Fachsymposium veranstaltet, bei dem unter anderem die Kommunikation und nicht-medikamentöse Verfahren in der Schmerzmedizin im Mittelpunkt standen.

Bei René Matthias zeigt die multimodale Schmerztherapie jedenfalls schon nach wenigen Tagen einen positiven Effekt. „Ich merke schon die ersten Fortschritte. Meine Hand ist bereits nicht mehr so druckempfindlich. Ich hoffe, es geht so weiter und es nimmt alles ein gutes Ende“, so der 49-Jährige.

### **Kontakt**

Schmerztagesklinik des Universitätsklinikums Jena  
Am Klinikum 1, Lobeda, Magistrale mittig  
Montag bis Freitag: 9.30 Uhr bis 11 Uhr  
Montag/ Dienstag/ Freitag: 13 Uhr bis 14 Uhr  
Telefon: 03641 9-323150  
E-Mail: [Schmerztagesklinik@med.uni-jena.de](mailto:Schmerztagesklinik@med.uni-jena.de)