

Schmerz lass nach! – Hilfe und Beratung für Millionen Betroffene

Aktionstag gegen den Schmerz am 3. Juni 2025

Informationsveranstaltungen an rund 130 Standorten bundesweit +++ Kostenfreie Patientenhotline 0800 1818120 am 3. Juni geschaltet +++ Patientenflyer online verfügbar

Berlin – Wer ständig Scherzen hat, leidet oft doppelt: körperlich – und seelisch. Viele Betroffene fühlen sich allein gelassen. Genau das möchte der bundesweite Aktionstag gegen den Schmerz ändern: Am 3. Juni 2025 stehen wieder Patientinnen und Patienten mit chronischen Schmerzen sowie deren Angehörige im Mittelpunkt. Rund 130 Einrichtungen beteiligen sich mit Vorträgen, Beratungsangeboten und offenen Türen. Begleitet wird der Tag von einer kostenfreien Patientenhotline unter 0800 18 18 120, die zwischen 9:00 und 18:00 Uhr besetzt ist. Außerdem findet eine Online-Pressekonferenz statt. Das Programm und der Anmeldelink sind unten angefügt.

Etwa 23 Millionen Deutsche berichten über chronische Schmerzen. Die Beschwerden gehen bei rund 6 Millionen Betroffenen sogar mit Einschränkungen im Alltag wie Ängsten, Schlafstörungen und sozialem Rückzug einher. Jährlich am ersten Dienstag im Juni ruft die Deutsche Schmerzgesellschaft e. V. Kliniken, ärztliche oder psychologische Praxen, schmerztherapeutische Einrichtungen, Apotheken sowie Pflegedienste, Heime und Physiotherapiepraxen auf, das Thema „Schmerz“ in den Fokus zu rücken. „Es ist wichtig, über die Entstehung von Schmerz aufzuklären und Betroffenen Wege daraus aufzuzeigen“, so Thomas Isenberg, Geschäftsführer der Deutschen Schmerzgesellschaft e. V. „Denn Schmerz wird häufig unterschätzt: Wird er nicht ernst genommen und behandelt, kann er sich schnell chronifizieren, zu einer großen Einschränkung im Alltag werden und die Lebensqualität erheblich mindern“, gibt Isenberg zu bedenken. Bei mehr als der Hälfte aller Menschen mit chronischen Schmerzen dauert es über 2 Jahre, bis sie eine wirksame Schmerzbehandlung erhalten.

Persönliche Beratung - wohnortnah und niederschwellig

„Ziel des Aktionstags ist es, Menschen mit chronischen Schmerzen konkrete Hilfe zu bieten – wohnortnah, niederschwellig und verständlich“, so Isenberg weiter. Vor Ort beraten Schmerzexpertinnen und -experten über moderne Therapieansätze wie multimodale Schmerztherapie, über neue Wege in der Physiotherapie oder psychologische Unterstützung. Eine **Übersicht aller teilnehmenden Einrichtungen und Aktionen** ist unter www.aktionstag-gegen-den-schmerz.de zu finden.

Hotline für Fragen und Orientierung

Parallel steht am Aktionstag von 9:00 bis 18:00 Uhr die kostenfreie telefonische **Patientenhotline 0800 1818120** zur Verfügung. Wer anruft, erreicht erfahrene Fachleute, die aufklären, zuhören und Wege aus der Schmerzspirale aufzeigen. Sie geben Tipps zur besseren Behandlung und erklären, wie geeignete Therapieeinrichtungen gefunden werden können.

Gemeinsam gegen Schmerz - früher erkennen, besser behandeln

Laut Studien vergehen bei mehr als der Hälfte der Betroffenen über zwei Jahre bis zum Beginn einer wirksamen Behandlung. Dabei ist der frühe Beginn entscheidend: Je eher gezielt behandelt wird, desto geringer ist das Risiko, dass Schmerzen chronisch werden. Auch psychische Belastungen, übermäßiger Medikamentenkonsum oder Vermeidungsverhalten können zur Chronifizierung beitragen – und sollten in einer ganzheitlichen Schmerztherapie unbedingt berücksichtigt werden

Online-Pressekonferenz: Neues aus der Schmerzversorgung

Am **3. Juni 2025 um 11:00 Uhr** findet begleitend zum Aktionstag eine **Online-Pressekonferenz** statt. Hier sprechen Expertinnen und Experten aus Medizin, Pflege, Psychologie, Physiotherapie und Selbsthilfe über aktuelle Entwicklungen in der Schmerztherapie und erläutern, welche Strukturen für die Schmerzversorgung in Deutschland notwendig sind, um persönliches Leid zu verhindern oder zu reduzieren.

Weitere Informationen:

Patienten-Flyer

- [„Schmerzen verstehen“](#)
- [„Kopfschmerzen verstehen“](#)
- [„CRPS - Komplexes regionales Schmerzsyndrom verstehen“](#)
- [„Gesichtsschmerzen verstehen“](#)
- [„Endometriose-Schmerzen verstehen“](#)
- [„Interdisziplinäre Multimodale Schmerztherapie“](#)
- [„Restless Legs Syndrom verstehen“](#)
- [„Physiotherapie bei Schmerzerkrankungen“](#)

Weitere Informationen, Materialien und die Veranstaltungsorte zum „Aktionstag gegen den Schmerz“ unter www.aktionstag-gegen-den-schmerz.de

Zur Deutschen Schmerzgesellschaft e. V.

Die Deutsche Schmerzgesellschaft e. V. ist mit über 3500 persönlichen Mitgliedern die größte wissenschaftlich-medizinische Fachgesellschaft im Bereich Schmerz in Europa. Die Deutsche Schmerzgesellschaft e. V. ist Mitglied der IASP (International Association for the Study of Pain) sowie der AWMF (Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften). Sie ist zudem die interdisziplinäre Schmerzdachgesellschaft von derzeit 19 mitgliederstarken weiteren medizinisch-wissenschaftlichen Fachgesellschaften im Bereich Schmerz. Diese Perspektive wird zudem erweitert durch die institutionelle korrespondierende Mitgliedschaft der Vereinigung aktiver Schmerzpatienten SchmerzLOS e. V. in der Deutschen Schmerzgesellschaft e. V.

Die Mitglieder der Deutschen Schmerzgesellschaft e. V. sind interdisziplinär und interprofessionell aufgestellt und bestehen aus Schmerzexpertinnen und -experten aus Praxis, Klinik, Psychologen, Pflege, Physiotherapie u. a. sowie wissenschaftlich ausgewiesenen Schmerzforscherinnen und -forschern aus Forschung, Hochschule und Lehre.

Online-Pressekonferenz der Deutschen Schmerzgesellschaft e. V.

anlässlich des bundesweiten 14. Aktionstages gegen den Schmerz am 3. Juni 2025

Raus aus dem Einzelsilo: Schmerzversorgung ist Teamarbeit

Termin: Dienstag, 3. Juni 2025, 11.00 bis 12.00 Uhr

Anmeldung: <https://attendee.gotowebinar.com/register/5598712556364318556>

Programm:

Millionen Schmerzpatient*innen auch in Zukunft ausreichend versorgen - was die Gesundheitsreformen der neuen Bundesregierung leisten müssen

Professor Dr. med. Frank Petzke

Präsident der Deutschen Schmerzgesellschaft e. V. und Leiter der Abteilung Schmerzmedizin an der Klinik für Anästhesiologie am Universitätsklinikum Göttingen

Pflege gegen den Schmerz: Neue fundierte DBfK-Handreichungen stärken Pflegekräfte in der Schmerzversorgung

Vera Lux

Präsidentin des Deutschen Berufsverbands für Pflegeberufe e. V. (DBfK), Kinderkrankenschwester und Betriebswirtin und ehemalige Pflegedirektorin der Medizinischen Hochschule Hannover (MHH)

Schmerzpatient*innen als Expert*innen ihrer Erkrankung: über Selbstmanagement und Selbstwirksamkeit

Heike Norda

Vorsitzende der Patientenorganisation UVSD SchmerzLOS e. V., Neumünster

Schmerz, Ängste, depressive Stimmung - ein Zusammenspiel, das deutlich mehr in Aus- und Weiterbildung sowie Versorgung vermittelt und berücksichtigt werden muss

Professor Dr. Christiane Hermann

Präsidentin der Deutschen Gesellschaft für Psychologische Schmerztherapie und -Forschung MedWissSF e. V. und Leiterin der Abteilung Klinische Psychologie & Psychotherapie an der Justus-Liebig-Universität Gießen

„Bewegung als Medikament“: Physiotherapie als effektiver Beitrag innerhalb der multimodalen Schmerztherapie

Dr. Claus Beyerlein

Vorstandsmitglied im Landesverband Baden-Württemberg von Physio Deutschland

Moderation: Thomas Isenberg, Geschäftsführer der Deutschen Schmerzgesellschaft e. V.