



# Multimodale Schmerztherapie

## Ein erfolgreiches Konzept bei orthopädischen Erkrankungen

*Immer mehr Menschen haben Beschwerden an Knochen und Gelenken. Besonders häufig treten an der Wirbelsäule Schmerzen auf, die dauerhaft sind. Die meisten Betroffenen sind dadurch im Alltag, dem Familienleben und beruflich sehr eingeschränkt. Ambulante Behandlungsmöglichkeiten sind häufig ausgeschöpft, sodass ergänzende Therapieverfahren erforderlich sind. Im Gespräch berichtet Dr. Jochem Schunck vom Kölner Eduardus-Krankenhaus über die stationäre multimodale Schmerztherapie.*

Herr Dr. Schunck, wie sieht ein chronisches Schmerzbild aus?

**Dr. Schunck:** Chronische Schmerzen verlaufen schleichend. Sie werden meist nur unbewusst und häufig erst verspätet wahrgenommen. Ständige Schmerzen stören das natürliche, soziale und psychische Wohlfühl nachhaltig. Der Schmerz wird zum Mittelpunkt des täglichen Denkens und Handelns. Er hinterlässt auch Spuren im sozialen Umgang, sodass das gewohnte Lebensgefühl aus dem Gleichgewicht gerät und eine Isolation droht. Diese Phase zu erkennen, erfordert eine erhöhte Aufmerksamkeit des behandelnden Arztes. Um zu verhindern, dass sich der Schmerz weiter ausdehnt und es zu einer Chronifizierung kommt, sollte eine fachübergreifende Therapie erfolgen. Mit einer strukturierten multimodalen Schmerzbehandlung können alle Bereiche des Schmerzes erfasst werden. Der Begriff „multimodal“ steht für mehrere ineinandergreifende Behandlungsansätze verschiedener Fachbereiche. Diese beziehen sich alle auf den körperlichen, sozialen und psychischen Schmerzhintergrund.

Welche Ziele hat die multimodale Schmerztherapie?

**Dr. Schunck:** Sie ist besonders auf alltägliche Lebensinhalte ausgerichtet und hat zum Ziel, dass der Patient seine gewohnten Tätigkeiten wieder ausführen kann. Er soll die andauernden Schmerzgedanken verlieren. Dafür ist der Schmerz als eigenständiges Krankheits-

bild von Körper und Seele zu behandeln und das sogenannte Schmerzgedächtnis auszuschalten. Im Rahmen der Therapie werden unter anderem körperliche Schwächen wie zum Beispiel unbewusste Schonhaltungen verändert. Weitere Säulen des multimodalen Therapiekonzeptes sind die Stärkung des Selbstbewusstseins und des Durchhaltevermögens sowie die Wiederherstellung der Arbeitsfähigkeit oder der Verrichtung von gewohnten Alltagsaktivitäten.

Wie sieht die Behandlung im Einzelnen aus?

**Dr. Schunck:** Es handelt sich in der Regel um einen einwöchigen stationären Aufenthalt für die Behandlungen, die bereits am Aufnahmetag beginnen. Die einzelnen Therapieeinheiten in dieser Zeit bespricht das Behandlungsteam direkt

mit dem Patienten, der dazu dann einen Wochenplan erhält. Das Team besteht aus Schmerztherapeuten, Psychotherapeuten, Psychologen, Krankengymnasten sowie Ergo- und Bewegungstherapeuten. Sie machen sich zunächst getrennt voneinander ein Bild über die Schmerzstörung und deren Auswirkung auf die einzelnen Lebensbereiche, um dann gemeinsam das Konzept festzulegen. Auch die individuelle Abstimmung und Anpassung der Behandlung erfolgen in regelmäßigen Teamsitzungen. Darin wird der Fortschritt dokumentiert und es werden Problemlösungen bei Bedarf erarbeitet. Der Patient wird stets in alle Planungsschritte einbezogen.

Welche Verfahren kommen im Rahmen der multimodalen Schmerzbehandlung zur Anwendung?

### Auszug aus dem Wochenplan der multimodalen Schmerztherapiegruppe:

	MONTAG	DIENSTAG
9:00–11:00	<b>Physiotherapie</b> MTT (med. Trainingstherapie), Ergotherapie, Rückenschule	
11:00–12:00	Orthopäde Psychologin & Psychotherapeutin	Orthopäde
12:00–13:00	Gemeinsames Mittagessen	
13:00–15:00	Orthopäde Psychologin & Psychotherapeutin	Verhaltenstraining
15:00–16:00	Entspannung, eigentätige Übung	Biofeedback 2
16:00–17:30	Arzt, (Gespräch / Therapie)	Arzt, alternative Schmerzbehandlung
17:30–18:00	Akupunktur, Infiltration	Teamsitzung (Therapeuten)

**Dr. Schunck:** Zum einen sind es schmerztherapeutische Verfahren wie Akupunktur, Stoßwellenbehandlung, medikamentöse Schmerztherapie und möglicherweise gezielte Infiltrationen und zum anderen legen wir besonderen Wert auf aktive Elemente. So kommt der Physio- und Ergotherapie eine wesentliche Bedeutung zu. Eine Rückenschulung sowie das Erlernen von Entspannungsverfahren, die eigenständig umgesetzt werden sollen, runden das Programm ab. Alle diese Maßnahmen führen zu einem verbesserten Körpergefühl und helfen, wieder mehr Lebensqualität zu erlangen.

**Wie geht es für den Patienten nach der stationären Behandlung weiter?**

**Dr. Schunck:** Im persönlichen Abschlussgespräch wird ein Plan für die ambulante Weiterbehandlung erstellt. Dieser liegt dann auch dem Entlassungsbericht bei. Die therapeutischen Maßnahmen, auf welche der Patient am besten angesprochen hat, sollten fortgeführt werden. Eine weitere Anbindung an den Hausarzt beziehungsweise den Orthopäden sowie gegebenenfalls an einen Psychotherapeuten wird daher empfohlen. Erlernte Übungen, Schulungen und Verhaltensweisen sollte er im Alltag aktiv weiterführen.

**Welche Ergebnisse sind zu erwarten?**

**Dr. Schunck:** Die schmerzabhängigen Beeinträchtigungen der Patienten verbessern sich deutlich. Eigene Nachuntersuchungen und direkte Rückmeldungen von den Patienten zeigen uns, dass diese sehr zufrieden mit der Behandlung sind und das Konzept gut annehmen. In den abschließenden Bewertungsbögen finden sich häufig Aussagen wie: „Endlich hörte mir jemand zu“ oder „Ich fühlte mich mit meinen Schmerzen ernst genommen, verstanden und intensiv betreut.“ Zudem geben uns die aktuellen Leitlinien der Fachgesellschaften in unserem Vorgehen Recht: Sie belegen die Effektivität multimodaler Schmerzbehandlung bei chronischen Schmerzpatienten. Auch Untersuchungen einer führenden Krankenkasse haben gezeigt, dass nach einem multimodalen Programm wesentlich mehr Patienten an ihren Arbeitsplatz zurückkehren, als nach herkömmlichen Behandlungen.



Dr. med. Jochem Schunck

Herr Dr. Schunck, haben Sie vielen Dank für das Gespräch.

## „Bewegung ist Herzenssache“

7. Gesundheitstag im Eduardus-Krankenhaus Köln

Kommen Sie vorbei!

Bringen Sie mehr Bewegung in Ihr Leben.

Infos unter [www.eduardus.de](http://www.eduardus.de)

6. Oktober 2019, 11 – 17 Uhr

- Dr. med. Jochem Schunck  
Klinik für Orthopädie und Rheumatologie  
Eduardus-Krankenhaus Köln  
Custodistr. 3 – 17 • 50679 Köln  
[orthopaedie@eduardus.de](mailto:orthopaedie@eduardus.de)