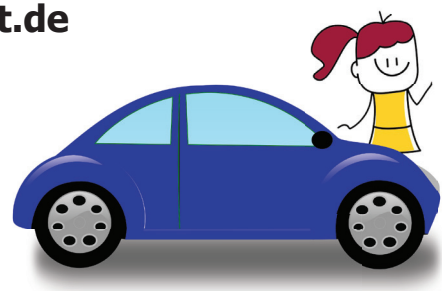
CHRONISCHE WUNDEN
KLIENTEN- UND ANGEHÖRIGENBERATUNG

SCHMERZ

Ein kostenloser Beratungsservice der
PFLEGE DIREKT GMBH

AMBULANTE DIENSTE
Bahnhofstraße 6
90613 Großhabersdorf
Tel. 09105 – 90 81
Fax: 09105 – 90 83

p.nitschky@pflege-direkt.de
pflege-direkt.de



PFLEGE DIREKT GmbH
Großhabersdorf – Platz zum Leben!

Sehr geehrte Kunden, sehr geehrte Angehörige,

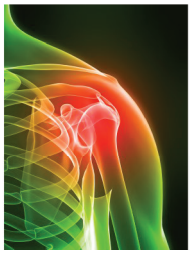
viele Erkrankungen oder andere körperliche Schädigungen können dazu führen, dass Menschen **Schmerzen** erleiden. Der behandelnde Arzt wird zunächst immer versuchen, die genaue Ursache zu bestimmen und eine wirksame Therapie zu entwickeln. Bei vielen Gesundheitsstörungen dauert eine vollständige Heilung aber sehr lange oder ist gar nicht möglich. Über die Möglichkeiten der **Schmerzbehandlung und Schmerzlinderung** wollen wir Sie mit dieser Broschüre informieren.

Wir möchten Ihre Schmerzbelastung so weit wie möglich reduzieren. Dafür nutzen wir die Medikamente, die Ihr Arzt Ihnen verschrieben hat. Darüber hinaus können wir ergänzend auf verschiedene nicht-medikamentöse Pflegemaßnahmen zurückgreifen, von denen viele als "Hausmittel" seit Jahrzehnten bekannt und bewährt sind.

Für eine wirksame Behandlung benötigen wir in jedem Fall Ihre Hilfe. Sie sollten uns mitteilen, wenn Sie Schmerzen haben. Wir müssen wissen, wie stark die Schmerzen sind, in welcher Körperregion sie auftreten und ob die verschriebenen Medikamente wirken.

Können Sie die Art und den Ursprungsort Ihres Schmerzes beschreiben?

- Ist der Schmerz genau lokalisierbar, etwa an operierten Gelenken, Narben oder Wunden?
- Ist der Schmerz eher diffus, etwa bei infektionsbedingten Gliederschmerzen?
- Strahlt der Schmerz aus, etwa in den linken Arm beim Herzinfarkt oder in das Ohr bei Zahnschmerzen?
- Habe Sie an mehreren Körperbereichen gleichzeitig Schmerzen?



Beschreibungen und Zusammenhänge von Schmerzen

- **stechend** *(z. B. Organschmerz oder Pleurareizung)*
- **brennend** *(innerlich z.B. Sodbrennen, äußerlich z. B. Hautabschürfungen)*
- **ziehend** *(z. B. Unterleibserkrankungen oder Rückenschmerzen)*
- **dumpf** *(z. B. Eingeweideschmerz)*
- **schneidend** *(z. B. einseitiger Kopfschmerz)*
- **reißend** *(z. B. bei Wunden)*
- **hell** *(z. B. bei Verletzungen der Haut)*
- **peitschenartig** *(z. B. akuter Verschluss einer Arterie, die eine Extremität versorgt)*
- **klopfend oder pulsierend** *(z. B. eitrige Infektionen oder Migräne)*
- **bohrend** *(z. B. Knochenhautschmerzen oder Tumore)*
- **krampfartig** *(z. B. Gallenstein- oder Nierensteinkoliken)*
- **beklemmend** *(z. B. Herzerkrankungen)*
- **anfallsartig** *(Migräne)*

Uns ist bewusst, dass Sie vielleicht Bedenken haben, wenn Sie Schmerzmittel einnehmen sollen, allerdings ist es gerade bei chronischen Schmerzen wichtig die Medikamente regelmäßig einzunehmen, um eine optimale Wirksamkeit zu erzielen und um dem sogenannten „Schmerzgedächtnis" entgegen zu wirken. Viele der immer wieder zu hörenden Argumente sind nicht zutreffend, da moderne Arzneimittel inzwischen sehr schonend wirken. Insbesondere müssen Sie keine Angst haben, von den Schmerzmitteln abhängig zu werden. **Ihr behandelnder Arzt hat das jeweilige Präparat sehr bewusst ausgewählt, weil er davon überzeugt ist, dass es Ihnen helfen wird. Es gibt also keinen vernünftigen Grund, die "Zähne zusammenzubeißen", die Schmerzen zu verheimlichen und diese ohne unsere Hilfe durchzustehen. Bedenken Sie, wie stark dann Ihre Lebensqualität eingeschränkt wird.**

Eine weitere Voraussetzung ist, dass Sie etwas Geduld aufbringen. Nicht alle Maßnahmen werden die Schmerzen sofort lindern, sondern oft erst nach mehreren Tagen.

Mögliche Maßnahmen zur Schmerzbehandlung, die nach Rücksprache mit dem behandelnden Arzt durchgeführt oder veranlasst werden können:

⇒ Pflanzliche Medikamente
⇒ Homöopathie
⇒ Schmerztherapie mit Schmerzmitteln, deren chemischer Aufbau keine Ähnlichkeit mit Opium aufweist. Diese werden bei leichteren Schmerzen genutzt.
⇒ Schmerztherapie mit Präparaten, die ähnlich wie Opium wirken und bereits deutlich stärkere Schmerzen effektiv bekämpfen
⇒ Schmerztherapie mit hocheffektiven Schmerzmitteln, die ähnlich wie Opium wirken und selbst stärkste Schmerzen lindern
⇒ Wärme- und Kälteanwendungen
⇒ Massagetherapie
⇒ Elektrotherapie
⇒ Akupunktur/Akupressur
⇒ Chirotherapie
⇒ Osteopathie
⇒ Psychotherapie
⇒ Biofeedback
⇒ Verhaltenstherapie
⇒ Entspannungsverfahren

Wir möchten auch auf die Schmerzambulanzen hinweisen:

- die-schmerztherapeuten.de / Zweigpraxis Fürth am Klinikum Fürth, Jakob-Henle-Straße 1, Terminvereinbarung unter 0911-43 18 611
- Schmerzambulanz am Klinikum Nürnberg-Nord, Prof.-Ernst-Nathan-Str.1, Haus 20 EG rechts, Terminvereinbarung unter 0911-398 26 88

IHR TEAM
von
PFLEGE DIREKT

© 2023 Copyright Pflege DIrekt GmbH