

Wenn Rückenschmerzen chronisch werden

Klinik Pirawarth. Hier wird für Patienten ein vielfältiges Maßnahmenpaket geschnürt

Schmerzen gehören zu den ältesten Erfahrungen der Menschheit. Schon Aristoteles hielt Schmerz für ein Leiden der Seele. Die einzige allgemein anerkannte Schmerz-Definition stammt aus dem Jahr 1986 von der Internationalen Gesellschaft zur Erforschung des Schmerzes. Sie definiert Schmerz als ein unangenehmes Sinnes- und Gefühlserlebnis, das mit einer aktuellen oder potenziellen Gewebsschädigung verbunden ist.

In unserem Alltag sind wir oft mit „Rückenschmerzen“ konfrontiert. Es ist ein medizinisch ungenauer Begriff, der meistens die Beschwerden im unteren Bereich des Rückens bezeich-



OÄ Dr. Andrea Kulisev, MSc
Stv. Ärztliche Direktorin

net. Oft verwenden wir Ausdrücke wie Lumbago, Kreuzschmerz, Ischias etc. Bei manchen Menschen verschwinden die akuten Rückenschmerzen mit Hilfe medikamentöser Therapie, physikalischer Behandlungen und gezielter Übungen relativ schnell.

Der schlimmste Fall

Bei der überwiegenden Mehrheit entwickelt sich der Rückenschmerz jedoch zu einer immer wiederkehrenden Problematik, die im schlimmsten Fall chronisch werden kann und damit auch neuroplastische Veränderungen des Nervensystems verursachen kann. In diesem Zusammenhang wird auch von der Bildung des Schmerzgedächtnisses gesprochen. Die Ursache von chronischen Rückenschmerzen sucht man nicht ausschließlich im körperlichen

Bereich. Sie können auch durch seelische Konflikte ausgelöst bzw. verschlechtert werden. Auch bei der Ursachenfindung muss man sowohl den körperlichen als auch den psychischen Bereich berücksichtigen. Nur dann kann man bei den Betroffenen eine richtige Diagnose stellen und auch eine erfolgreiche Therapie planen. Daher sollte neben der medikamentösen Schmerz- und Bewegungstherapie immer auch eine Psychotherapie stattfinden.

Mit Hilfe des bio-psycho-sozialen Modells können Ursachen und Wirkungen des chronischen Schmerzes besser verstanden und behandelt werden. Was bedeutet das nun? Chronische Schmerzzustände gehen meist auf biologische, psychologische und soziale Ursachen zurück. Diese Ursachen können sich gegenseitig verstärken, z.B. entsteht ein Schmerz durch einen biologischen Defekt, wirkt sich weiters negativ auf die Psyche aus und hat letztlich auch soziale Folgen. Anhand des bio-psycho-sozialen Modells kann man zeigen, dass psychische Belastungen auch zu einem ver-



In der Klinik Pirawarth lernen Betroffene auch Strategien, die ihnen zuhause ihr Leben erleichtern

stärkten Schmerzempfinden führen.

Multimodale Therapie

Eine Voraussetzung für gute Behandlungsergebnisse der chronischen Rückenschmerzen ist eine multimodale Schmerztherapie. Für unsere Patienten in der Klinik Pirawarth bedeutet das, dass sie von einem interdisziplinären Team bestehend aus Ärzten und Therapeuten untersucht und in der Folge zu speziellen Therapien wie Physiotherapie, Ergotherapie, Trainingstherapie, Psychotherapie, Entspannungs-

training, Elektrotherapie, Hydrotherapie sowie zu Musiktherapie eingeteilt werden. Teil unseres Schmerzkonzeptes in der Klinik Pirawarth ist auch die Information für Patienten über Schmerzmechanismen, medikamentöse Möglichkeiten in der Behandlung, anatomische Grundlagen des Nervensystems sowie Hilfestellung beim Erlernen von Schmerzbewältigungsstrategien, Imaginations- und Entspannungstechniken.

Zusätzlich werden wir dieses Jahr eine „Schmerzbewältigungsgruppe“ star-

ten. Ziel ist die Förderung des Verständnisses für die Entstehung chronischer Schmerzen und das Erlernen neuer Bewältigungsstrategien, die auch dann anwendbar sind, wenn Schmerzen bestehen.

Moderne Schmerztherapie im Rahmen der Rehabilitation bedeutet eine Miteinbeziehung von verschiedensten Faktoren, damit der Patient, wieder Zuhause angekommen- auch in seiner gewohnten Umgebung viele Hilfestellungen mitnimmt – die die Lebensqualität langfristig positiv beeinflussen.

Informationen

OÄ Dr. Andrea Kulisev, MSc
Fachärztin für Neurologie
ÖÄK-Diplom für Schmerztherapie
Klinik Pirawarth
Kurhausstraße 100
2222 Bad Pirawarth
Tel. 02574/29160-0
Fax: 02574/29160-0
Email: info@klinik-pirawarth.at
www.klinik-pirawarth.at
www.burnout-hilfe.at