

# **Das multimodale Schmerzbewältigungsprogramm im tagesklinischen Setting am Klinikum Nürnberg**



**Susanne Eder**

**Schmerztagesklinik Nürnberg**

**Die interdisziplinäre Schmerztagesklinik  
bietet ein 4-wöchiges, teilstationäres,  
symptomübergreifendes, multimodales  
Therapiekonzept für **chronische  
Schmerzpatienten** in geschlossenen  
Gruppen an.**

# **Geeignete Patienten**

- **somatisch- kausale Therapie nicht möglich**
- **monodisziplinäre Therapieversuche gescheitert**
- **schmerzassoziierte psychische Komorbidität**
- **psychosoziale Konsequenzen durch  
Schmerzkrankheit**
- **Schmerzpatienten mit Chronifizierungsstadium  
II und III nach Gerbershagen**

# Chronifizierungsstadien nach Gerbershagen

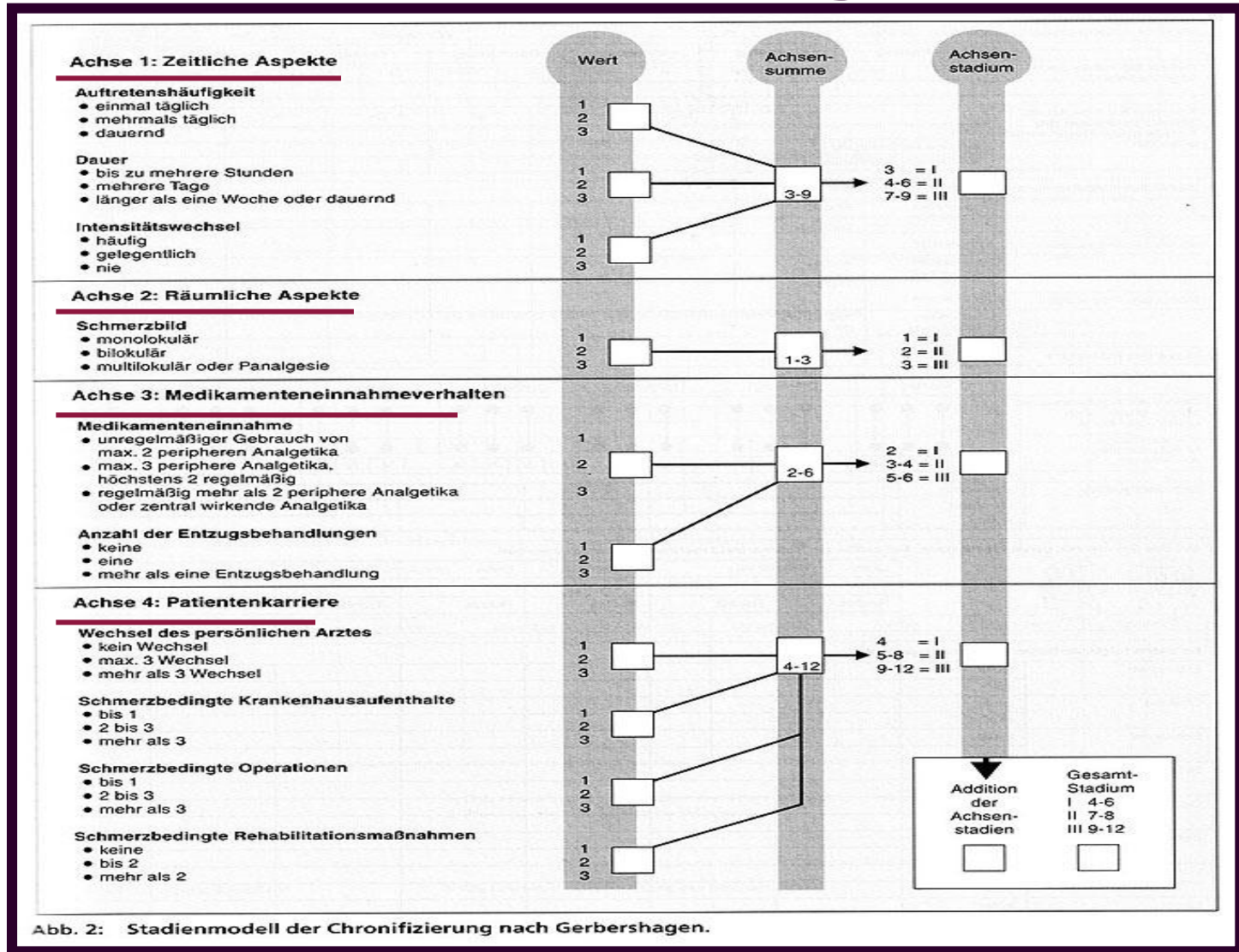
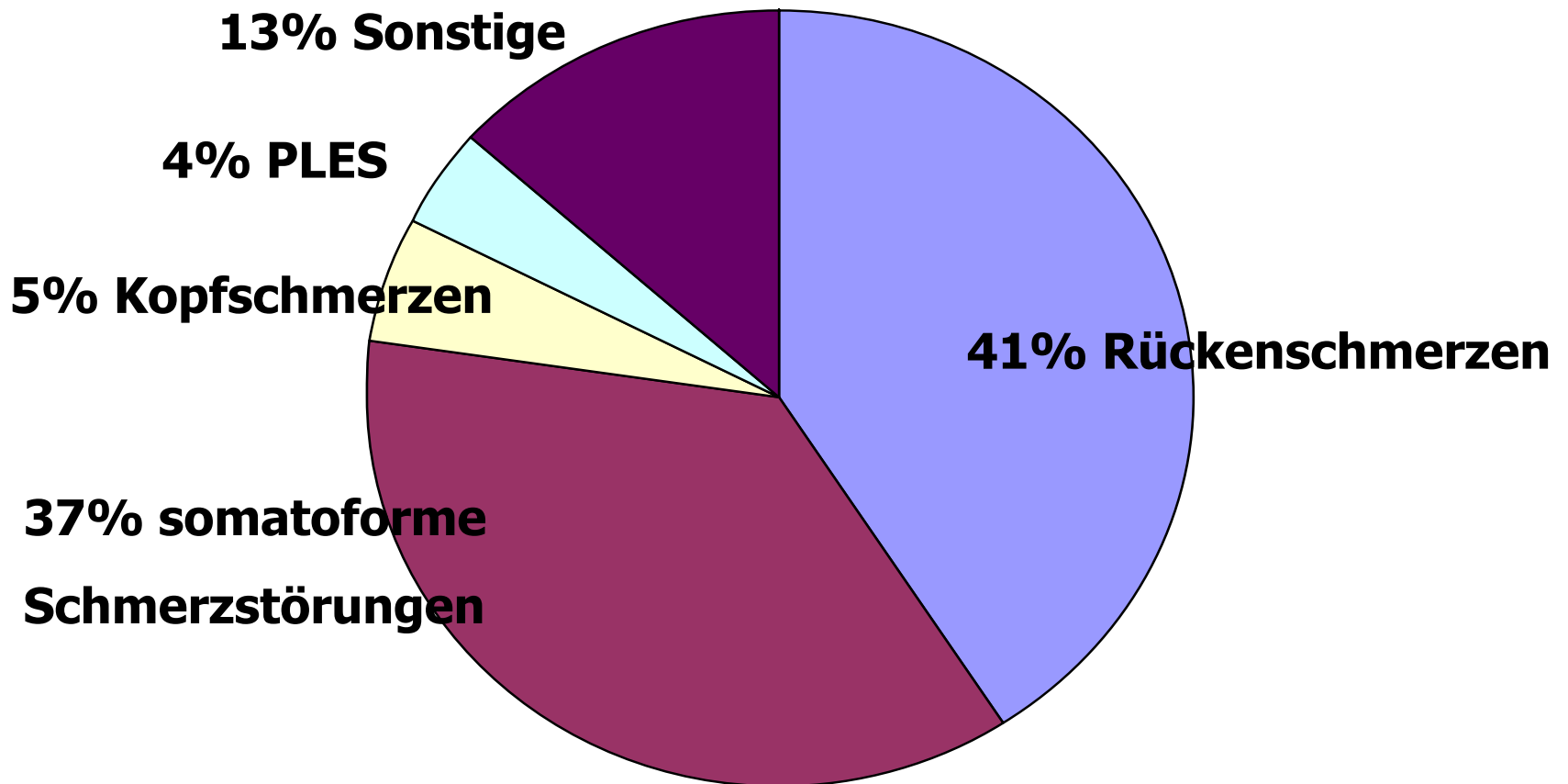


Abb. 2: Stadienmodell der Chronifizierung nach Gerbershagen.

# Hauptschmerzdiagnosen 1/05-12/06 (n=189)



# Stundenplan

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:00	EDUKATION	PSY  (3. WOCHE AUSSENAKTIV.)	ERGO	TURNHALLE	ERGO
08:30					
09:00					
09:30	Pause <b>TEAM</b>	Pause	Pause <b>TEAM</b>	Pause <b>TEAM</b>	Pause <b>TEAM</b>
10:00	MTT	ERGO	ENTSPANNUNG AB 11 UHR: HANDWERK / BEWEG. BAD	PSY	MTT
10:30					
11:00					
11:30	ENTSPANNUNG	GENUSS	ENTSPANNUNG	GENUSS	ENTSPANNUNG
12:00	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause
12:30					
13:00	EINZELTHER.  HANDWERK	EINZELTHER.  BEWEGUNGSBAD	EINZELTHER.  SPORTL. AKT.	EINZELTHER.  BIO- FEEDBACK	PSY
14:00	PSY	GRUPPEN- NACHMITTAG  <b>GROSSTEAM</b>	PSY (Imagination)	EDUKATION	

# Therapiebausteine Physiotherapie

- **Medizinische Trainingstherapie**
- **Ausgleichsgymnastik**
- **Dehnungsübungen**
- **Sportliche Aktivitäten /  
Bewegungsspiele**
- **Bewegungsbad**
- **Walking**
- **Qi Gong**

# Therapieinhalte Psychotherapie

- **Psychoedukation (Wechselwirkung Psyche/Schmerz)**
- **Suche nach Schmerzauslösern / Verstärkern**
- **Stress, Angst, Depression und Schmerz**
- **Eigenes Verhalten / Persönlichkeit**
- **Krankheitsbewältigung**
- **Lernprozesse beim Schmerzerleben**
- **Schmerz i.d. Hintergrund treten lassen**
- **Lebensfreude**





# Therapieinhalte Ergotherapie

- **Umsetzung ergonomischer Grundsätze im Alltag**
- **Verbesserung der Wahrnehmung**
- **Ganganalyse**
- **Aufbau von Bewegungsvariationen**
- **Abbau von Schonhaltungen**
- **Kreatives Arbeiten**
- **Handwerk**



# Edukation

## Vermittlung patientenrelevanter Informationen

- **Schmerzdefinition, Schmerzleitung**
- **Unterschiede akuter/chronischer Schmerz**
- **Mechanismen der Schmerzchronifizierung**
- **Medikamentöse Schmerztherapie**
- **Nicht- medikamentöse Verfahren**
- **Charakteristika einzelner Schmerzsyndrome**
- **Anatomische Grundlagen**
- **Aufbau und Funktion der Wirbelsäule**
- **Trainingslehre**

# Entspannung / Genuss

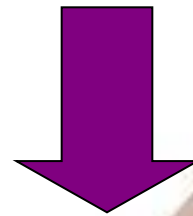
- **Muskelentspannung nach Jacobson**
- **Genusstraining**



# Follow Up

**Auffrischwoche nach 3-4 Monaten**

**Jahrestag**



**Auswertung der Verlaufsfragebögen**

# **Allgemeine Behandlungsziele**

**Erhöhung des Aktivitätsniveaus**

**Abbau inadäquaten Krankheitsverhaltens**

**Steigerung des Kontrollerlebens  
(Selbstwirksamkeit)**

**Abbau von Angst und Depressivität**

**Abbau katastrophisierender Gedanken**

**Schmerzreduktion**

# Nachsorgeangebot

- Qi Gong
- Rückenschule



# Vorbedingungen

- kein laufendes Rentenverfahren
- ausreichende Deutschkenntnisse
- keine aktuelle Suchtproblematik
- Mindestalter 18 Jahre
- 4 Wochen Zeit

# Voraussetzungen

**Mobilität**

**Compliance**

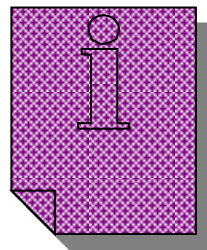
**Motivation**





# Patientenanmeldung

- **Anruf 0911-398-2700**
- **ingesandter Schmerzfragebogen der DGSS**
- **aussagekräftige ärztliche Unterlagen, Vorbefunde**
- **keine Ausschlusskriterien**



**Vergabe des Screeningtermins**

# Patientenscreening 2 Tage

- **Befundsichtung**
- **Ärztliche Untersuchung, Psychologisches  
Erstgespräch**
- **Physio- und ergotherapeutische Einschätzung,  
Biofeedback**
- **Psychometrische Testung**
- **Patient benötigt stationäre Einweisung**

# Kooperationspartner

**Hausärzte**

**Fachärzte (Orthopäden, Neurologen,  
Internisten, Psychotherapeuten etc.)**

**alle vor- und weiterbehandelnden Therapeuten**

**niedergelassene Physiotherapeuten /  
Ergotherapeuten**

# Ausblick

**Migrantinnengruppe erneut ab 18. Juni 2012**

