

 Evangelische Altenhilfe Ludwigshafen am Rhein gemeinnützige Betriebsgesellschaft mbH	Handbuch Qualitätsmanagement Information Schmerz	Kap. D.1.3.5.6
--	---	-------------------

Sehr geehrte Damen und Herren,

Starke Schmerzen müssen nicht sein! Mit diesem Informationsblatt möchten wir Ihnen einen Einblick in die moderne Schmerzbehandlung geben und Sie unterstützen, Ihre Schmerzen einzuschätzen, mitzuteilen und zu beeinflussen.

Wo liegt der Unterschied? – Akute oder chronische Schmerzen

Akute Schmerzen setzen meist plötzlich ein, haben in der Regel ein vorhersehbares Ende und eine eindeutige Ursache z. B. eine Entzündung oder Verletzung. Akutschmerz kann eine Warn- und Schutzfunktion haben.

Chronische Schmerzen dagegen können verschiedene Ursachen haben und bestehen über einen längeren Zeitraum von mindestens 3 bis 6 Monaten.

Tumorbedingter Schmerz kann entweder durch den Tumor selbst, durch die Therapie oder durch zusätzliche Veränderungen, die durch den Tumor ausgelöst sind, entstehen. Dabei können gleichzeitig akute und chronische Schmerzen auftreten.

Ist Schmerz immer gleich? – Der Schmerzverlauf

Schmerzen sind nicht immer gleich stark, sondern sie können sich verändern. Das heißt, auch wenn Sie bereits täglich Schmerzmittel einnehmen, können zeitweise starke Schmerzen, sogenannte Schmerzspitzen, auftreten. Die Intensität des Schmerzes kann auch in Abhängigkeit von bestimmten Situationen variieren, z. B. kann der Schmerz beim Aufstehen oder Laufen stärker sein als im Liegen. Aus diesem Grund zögern Sie bitte nicht, uns bzw. Ihren Arzt anzusprechen, damit entsprechende Maßnahmen zur Schmerzlinderung eingeleitet werden können. Uns ist wichtig, dass Sie Schmerzen nicht aushalten müssen.

Wie stark ist Ihr Schmerz? – Die Schmerzeinschätzung

Da Schmerz eine individuelle Empfindung ist, kann kein anderer die Stärke des Schmerzes so gut einschätzen wie Sie selbst. Deshalb bitten wir Sie, Ihre Schmerzempfindungen klar zu äußern, damit wir entsprechend reagieren können.

Freigabe GF	Geprüft	Bearbeiter	Version	Datum	Seite
Frau Busch	QMB	QMB	2.0	8/2023	Seite 1 von 3

 Evangelische Altenhilfe Ludwigshafen am Rhein gemeinnützige Betriebsgesellschaft mbH	Handbuch Qualitätsmanagement Information Schmerz	Kap. D.1.3.5.6
--	---	-------------------

Hierzu können Sie eine Schmerzskala benutzen, auf der Sie Ihrem Schmerz einen Zahlenwert von 0 bis 10 zuordnen, wobei auf der Skala 0 kein Schmerz und 10 der stärkste für Sie vorstellbare Schmerz ist. Sie können uns aber auch einfach in Worten mitteilen, wie Sie Ihren Schmerz empfinden z. B. leicht, mittelstark, stark oder am stärksten für Sie vorstellbar. Bitte teilen Sie uns ebenfalls mit, wie Sie den Schmerz erleben, z. B. stechend, pochend oder dumpf sowie welche Maßnahmen Ihnen bisher bei Schmerzen geholfen haben z. B. Wärme oder Kälte.

Die regelmäßige Erfassung der Schmerzstärke gibt uns sowie Ihrem Arzt wichtige Hinweise für die Dosierung der Schmerzmittel und im weiteren Verlauf der Behandlung über die Wirksamkeit des eingesetzten Schmerzmittels.

Wie kann Schmerz wirksam behandelt werden? – Die Schmerzbehandlung

Die Schmerzbehandlung sollte möglichst frühzeitig erfolgen, denn ein andauernder Schmerzreiz, kann zu Veränderungen bestimmter Nervenzellen sowie deren Reaktionen führen. Aus diesem Grund sollten Sie keine starken Schmerzen aushalten.

Für die Behandlung akuter Schmerzen werden v.a. schnell wirkende Schmerzmittel eingesetzt, die eine kurze Wirkdauer haben. Dagegen werden zur Behandlung chronisch starker Schmerzen v.a. Medikamente eingesetzte, deren Wirkung möglichst lange anhält. Jede Einnahme von Medikamenten, v.a. bei langfristiger Einnahme, kann mit bestimmten Nebenwirkungen verbunden sein.

Hierzu stehen wir mit Ihrem Arzt in einem engen Kontakt. Zum Beispiel können bestimmte Schmerzmittel anfänglich zu Übelkeit führen oder langfristig zu Verstopfungen. Diesen Begleitsymptomen kann aber entgegengewirkt werden, z. B. durch eine ausgewogene Ernährung oder ausreichende Flüssigkeitszufuhr. Aus diesem Grund bitten wir Sie, uns zu informieren, wenn bei Ihnen diese oder andere Begleiterscheinungen auftreten.

Freigabe GF	Geprüft	Bearbeiter	Version	Datum	Seite
Frau Busch	QMB	QMB	2.0	8/2023	Seite 2 von 3

 Handbuch Qualitätsmanagement	Kap. D.1.3.5.6
Information Schmerz	

Neben der medikamentösen Behandlung von Schmerzen stehen Ihnen auch nicht-medikamentöse Maßnahmen zur Verfügung. Dazu zählen z. B. die Anwendung von Kälte oder Wärme, aber auch Ablenkung, Gespräche und Entspannungsübungen.

Ziel der Schmerzbehandlung ist es, dass Sie keine bzw. für Sie erträgliche Schmerzen empfinden.

Muss bei der Einnahme von Schmerzmitteln etwas beachtet werden?

Voraussetzung für eine richtige Schmerzbehandlung ist die regelmäßige Einnahme der Medikamente nach einem festen Zeitplan. Wichtig ist, dass Sie auch dann Ihre Schmerzmittel entsprechend den zeitlichen Vorgaben einnehmen, wenn Sie zum Zeitpunkt der Einnahme keine Schmerzen haben.

Falls Sie noch weiterführende Fragen, Sorgen oder Bedenken im Zusammenhang mit Ihrer Schmerzbehandlung haben, sprechen Sie uns bitte an!

Ihr Pflegeteam

Freigabe GF	Geprüft	Bearbeiter	Version	Datum	Seite
Frau Busch	QMB	QMB	2.0	8/2023	Seite 3 von 3