SCHMERZSPRECHSTUNDE ANÄSTHESIE

WENN SCHMERZ ZUM STÄNDIGEN BEGLEITER WIRD

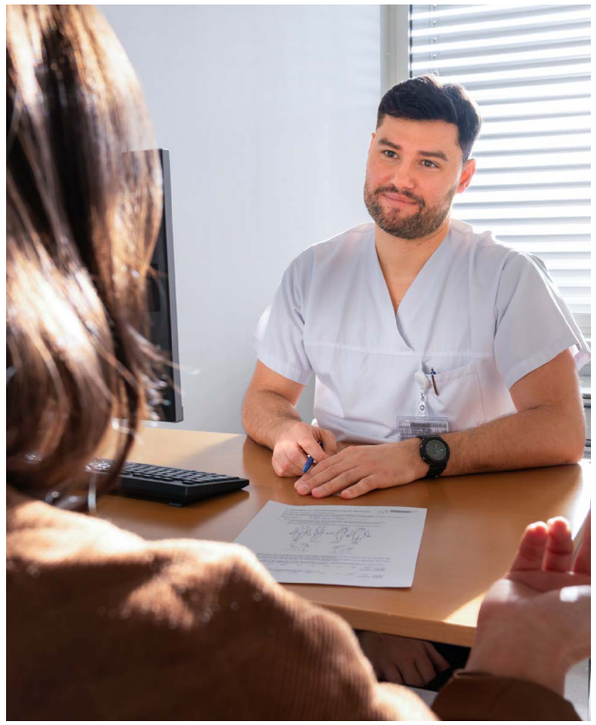
Von Dr. med. Boris Schoch-Dalla Rosa

In unserer Schmerzsprechstunde begleiten wir Menschen mit chronischen Schmerzen auf ihrem Weg zu einer besseren Lebensqualität. Dabei verstehen wir Schmerz nicht nur als körperliches Symptom, sondern als komplexes Zusammenspiel biologischer, psychischer und sozialer Faktoren. Entsprechend stehen nicht allein die Schmerzen selbst im Mittelpunkt, sondern der Mensch in seiner gesamten Lebenssituation.

Autor
Dr. med. Boris Schoch-Dalla Rosa
Leiter Schmerzsprechstunde

Spital Limmattal
Urdorferstrasse 100
8952 Schlieren
+41 44 733 28 91

spital-limmattal.ch
schmerzsprechstunde.anaesthesie@spital-limmattal.ch



Schmerzsprechstunde im Spital Limmat

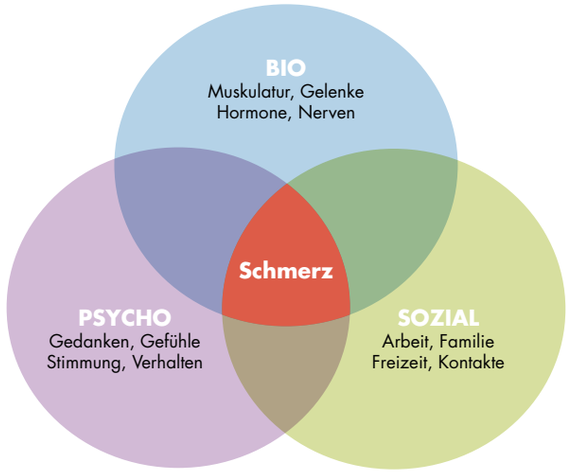
Chronische Schmerzen …
Schmerzen gehören zu den häufigsten Gründen für eine ärztliche Konsultation. Während akute Schmerzen eine wichtige Warnfunktion erfüllen und in der Regel mit der Heilung wieder abklingen, können chronische Schmerzen zu einer eigenständigen Erkrankung werden.

Wie häufig chronische Schmerzen auftreten, zeigt eine 2024 publizierte Studie des Universitätsspitals Lausanne: Rund 44 Prozent der erwachsenen Bevölkerung in der Schweiz berichten über chronische Schmerzen, etwa 11 Prozent leiden unter mittelschweren bis starken Beschwerden. Trotz ihrer weiten Verbreitung werden chronische Schmerzen noch immer häufig nicht ausreichend erkannt oder behandelt. Für die Betroffenen können sie den Alltag über Monate oder Jahre hinweg erheblich beeinträchtigen und sich negativ auf Schlaf, Familie und Beruf auswirken.

Viele unserer Patientinnen und Patienten haben bereits zahlreiche Untersuchungen, Therapieversuche oder operative Eingriffe hinter sich. Häufig besteht der Wunsch nach einer klaren Erklärung der Beschwerden und einer wirksamen Behandlung. Auch wenn eine vollständige Schmerzfreiheit nicht immer erreichbar ist, lassen sich in vielen Fällen Schmerzen reduzieren, die körperlichen Funktionen verbessern und neue Handlungsspielräume im Alltag schaffen.

… und ihre Behandlung
Unsere Behandlung erfolgt nach den Grundsätzen der modernen multimodalen Schmerzmedizin. Uns ist es wichtig, die Beschwerden nicht nur zu behandeln, sondern den Menschen als Ganzes in den Fokus zu rücken. Deshalb entwickeln wir gemeinsam mit unseren Patientinnen und Patienten ein individuelles Behandlungskonzept, das sich an ihren Beschwerden, ihren persönlichen Zielen und ihrer Lebenssituation orientiert.

Bio-psycho-sozialaes Schmerzmodell



Je nach Ursache und Ausprägung der Schmerzen setzen wir verschiedene therapeutische Verfahren ein. Dazu gehören die Optimierung der medikamentösen Behandlung, schmerzmodulierende Infusionsbehandlungen sowie interventionelle Verfahren wie Nerven- und Faszienblockaden. Diese können sowohl zur Schmerzlinderung als auch zur Diagnosestellung beitragen und helfen uns, die Behandlung gezielt auf die jeweilige Schmerzsituation abzustimmen.

Ein besonderer Schwerpunkt unserer Sprechstunde ist die Überprüfung und gegebenenfalls Anpassung bestehender Opioidtherapien. Bei Patientinnen und Patienten mit einer langfristigen Opioideinnahme begleiten wir eine schrittweise ambulante Dosisreduktion oder Umstellung, falls diese sinnvoll ist.

Dadurch lassen sich Nebenwirkungen häufig reduzieren und die körperliche Leistungsfähigkeit verbessern. Für ausgewählte neuropathische Schmerzsyndrome bieten wir zudem die Behandlung mit dem sogenannten Qutenza-Pflaster mit hochdosiertem Capsaicin – einem aus Chilischoten gewonnenen Wirkstoff – als wirksame lokale Therapieoption an.

Die Behandlung chronischer Schmerzen erfordert häufig einen interdisziplinären Ansatz. Die Schmerztherapie erfolgt daher je nach Indikation in enger Zusammenarbeit mit den zuweisenden Ärztinnen und Ärzten sowie weiteren Fachpersonen, beispielsweise der Physiotherapie, Psychotherapie oder Hypnosetherapie. Die Schmerztherapie stellt dabei oft einen wichtigen Baustein innerhalb eines ganzheitlichen Behandlungskonzepts dar und wird individuell auf die Bedürfnisse der Patientinnen und Patienten abgestimmt.

Unser Ziel ist es, die Schmerzen nachhaltig zu lindern, die Lebensqualität zu verbessern und unsere Patientinnen und Patienten dabei zu unterstützen, ihren Alltag möglichst selbstständig und aktiv zu gestalten.

Perioperative Betreuung bei chronischen Schmerzen

Ein besonderer Schwerpunkt unseres Spitals liegt auf der perioperativen Betreuung von Patientinnen und Patienten mit chronischen Schmerzen.

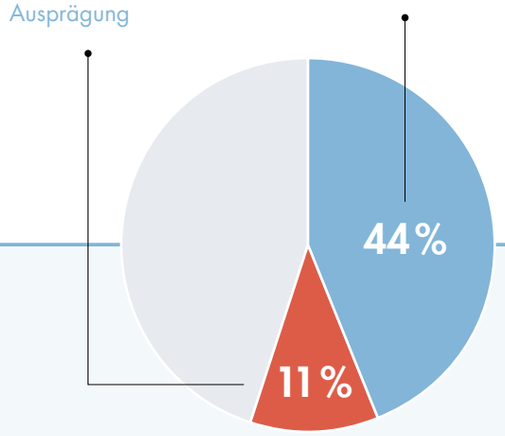
«Perioperativ» bedeutet soviel wie «vor, während und nach dem operativen Eingriff».

Bereits im Rahmen der anästhesiologischen Prämedikationssprechstunde werden schmerzmedizinisch relevante Aspekte systematisch erfasst und in die perioperative Planung miteinbezogen. Das Anästhesieverfahren sowie das perioperative Schmerzmanagement werden individuell an die bestehende Schmerzerkrankung und die zu erwartende postoperative Schmerzintensität angepasst.

Nach dem Eingriff erfolgt bei Bedarf eine Mitbetreuung durch den schmerzmedizinischen Dienst, um eine adäquate postoperative Analgesie sicherzustellen, bestehende Schmerztherapien zu optimieren und Komplikationen, wie eine Schmerzexazerbation oder einen erhöhten Opioidbedarf, frühzeitig zu erkennen und zu behandeln. Bei anhaltendem oder komplexem Schmerzverlauf werden die Patientinnen und Patienten nach dem Spitalaufenthalt in der Schmerzsprechstunde nachkontrolliert und bei Bedarf in ein längerfristiges interdisziplinäres Behandlungskonzept eingebunden. Ziel dieses strukturierten Be-



Schmerztherapeutische Intervention mit Einsatz von Ultraschall



Chronischen Schmerzen vorbeugen

Praktische Tipps für den Alltag

Chronische Schmerzen entstehen häufig nicht nur durch eine Verletzung oder Operation. Auch anhaltende Schonung, Bewegungsmangel, Stress und Schlafstörungen können dazu beitragen, dass Schmerzen bestehen bleiben. Mit den folgenden Massnahmen können Sie einer Chronifizierung entgegenwirken.

Aktiv bleiben

Nach einer Verletzung oder Operation sollten Sie sich möglichst früh wieder regelmässig bewegen – angepasst an Ihre Beschwerden. Zu lange Schonung kann die Erholung verzögern und Schmerzen verstärken.

Schmerzen früh behandeln

Akute Schmerzen sollten ausreichend behandelt werden. Eine wirksame Schmerztherapie kann dazu beitragen, einer langfristigen Schmerzentwicklung vorzubeugen.

Stress reduzieren

Schlafmangel und anhaltender Stress können Schmerzen verstärken. Achten Sie auf ausreichend Erholung und integrieren Sie Entspannungsphasen

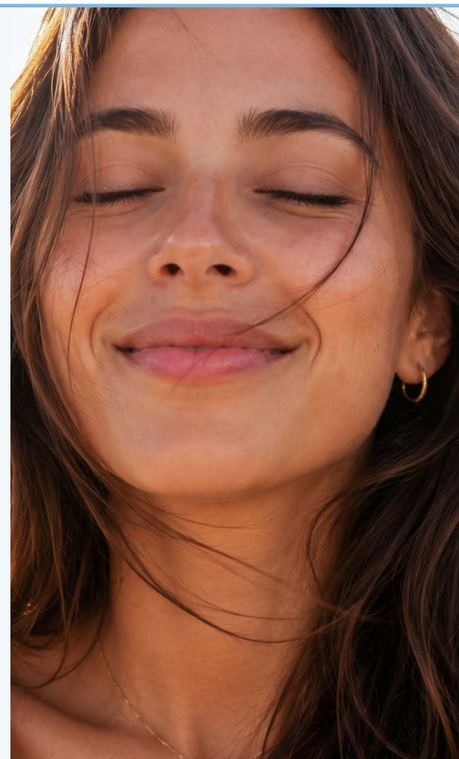
Realistische Ziele setzen

Nicht vollständige Schmerzfreiheit, sondern eine schrittweise Verbesserung von Bewegung, Alltagsaktivitäten und Lebensqualität sollte zunächst im Vordergrund stehen.

Frühzeitig Unterstützung suchen

Wenn Schmerzen länger als einige Wochen bestehen oder Ihren Alltag deutlich einschränken, sollte eine ärztliche Abklärung erfolgen. Eine frühzeitige Behandlung verbessert die Chancen, eine Chronifizierung zu verhindern.

Merke:
Aktiv bleiben, akute Schmerzen früh behandeln sowie auf ausreichend Schlaf und Erholung achten: Das sind die wichtigsten Bausteine, um chronischen Schmerzen vorzubeugen.



Unser Team der Schmerzsprechstunde Anästhesie



Dr. med.
Boris Schoch-Dalla Rosa

Leiter Schmerzsprechstunde
Facharzt Anästhesie und Intensivmedizin
Schmerzspezialist SPS



Dr. med.
Tihomir Piskor

Facharzt Anästhesie
Schmerzspezialist SPS



Isabelle Geiger

Pflegerische Leitung Schmerzdienst
Pain Nurse

handlungspfades ist eine kontinuierliche, patientenzentrierte Versorgung über den gesamten perioperativen Verlauf hinweg.

Ketamintherapie bei chronischen Schmerzen

Ketamin ist ein seit Jahrzehnten etabliertes Anästhetikum. In niedriger Dosierung besitzt es zusätzlich schmerzmodulierende Eigenschaften und kann insbesondere bei chronischen neuropathischen (= die Nerven betreffenden) Schmerzen sowie zentralen Sensibilisierungsprozessen wirksam sein. Seine Wirkung beruht hauptsächlich auf der Blockade von N-Methyl-D-Aspartat-(NMDA)-Rezeptoren, wodurch eine zentrale Schmerzverstärkung abgeschwächt und die Schmerzverarbeitung günstig beeinflusst werden kann. In der Schmerzmedizin wird Ketamin daher als ergänzende Therapie bei ausgewählten Patientinnen und Patienten mit therapierefraktären chronischen Schmerzsyndromen eingesetzt.

Vor Beginn der Therapie erfolgt eine ausführliche schmerzmedizinische Abklärung mit sorgfältiger Indikationsstellung sowie einer umfassenden Aufklärung über den erwarteten Nutzen, mögliche Risiken und Kontraindikationen. Die Behandlung wird ambulant durchgeführt. Ketamin wird als niedrig dosierte intravenöse Infusion unter kontinuierlicher Überwachung von Blutdruck, Herzfrequenz, Sauerstoffsättigung und Allgemeinzustand verabreicht. Während und nach der Infusion werden die Patientinnen und Patienten engmaschig betreut, um Wirksamkeit und Verträglichkeit zu beurteilen.

Je nach Ansprechen auf die schmerztherapeutischen Massnahmen umfasst die gesamte Therapie mehrere Infusionen in individuell festgelegten Abständen. Der Behandlungserfolg wird regelmässig anhand der Schmerzintensität, der funktionellen Einschränkungen sowie der Lebensqualität evaluiert. Die Ketamintherapie ist Bestandteil eines multimodalen schmerztherapeutischen Behandlungskonzepts und wird mit weiteren medikamentösen und nichtmedikamentösen Behandlungsverfahren kombiniert.