

„Patienten sind nicht schuld an ihren Schmerzen“

Leopoldina-Chefärztin Dr. Jutta Albrecht: Medikamente spielen nur eine kleine Rolle

Von unserem Mitarbeiter
NICOLAS BETTINGER

Am 5. Juni findet der siebte bundesweite Aktionstag gegen den Schmerz statt. Dr. Jutta Albrecht ist Chefärztin in der Klinik für spezielle Schmerztherapie im Leopoldina Krankenhaus. Im Gespräch erzählt sie von den Problemen chronischer Schmerzpatienten, dem Image von Schmerztherapien und warum Medikamente nur einen kleinen Platz im breiten Behandlungsspektrum einnehmen.

FRAGE: Warum gibt es einen Aktionstag gegen Schmerz?

DR. JUTTA ALBRECHT: Gemeinsam mit der Deutschen Schmerzgesellschaft müssen wir das Thema mehr in die Öffentlichkeit rücken. In unserem Leben werden Menschen mit chronischen Schmerzen häufig nicht richtig ernstgenommen. Wenn eine Behandlung keinen Erfolg bringt, heißt es oftmals: Der Patient ist schuld, er ist empfindlich. Viele Menschen kennen nur akuten Schmerz und können chronisches Leiden nicht nachvollziehen. Das ist für Chroniker fürchterlich. Es betrifft aber sehr viele Menschen. In Deutschland gibt es 16 Millionen Schmerzpatienten. Der Aktionstag soll auch verhindern, dass Menschen zu lange warten, bevor sie ihre chronischen Schmerzen in einer speziellen Einrichtung behandeln lassen.

Welche Patienten sind von chronischen Schmerzen betroffen?

DR. ALBRECHT: Das betrifft alle möglichen Menschen. Jung und alt. Wir sehen hier jährlich 400 bis 500 neue Patienten. In vielen Fällen kommen die Schmerzen aus dem Rückenbereich, Wirbelsäule, Lendenwirbelsäule. Viele junge Menschen leiden unter chronischen Kopfschmerzen, die oftmals durch starken Stress hervorgerufen werden. Grundsätzlich geht es darum, den Schmerz nicht zu vermeiden, sondern ihn mitzunehmen. Ich stelle meinen Patienten oft die Frage: Haben sie Schmerzen, oder hat der Schmerz Sie? Und meistens ist letzteres der Fall. Wichtig ist aber die Erkenntnis, die Situation anzunehmen und sich sein Leben nicht vom Schmerz bestimmen zu lassen.

Warum ist die Schmerzbehandlung nicht überall verbreitet?

DR. ALBRECHT: Wir Schmerzthera-



Die Chefärztin der Schweinfurter Klinik für Schmerztherapien, Dr. Jutta Albrecht, spricht viel mit ihren Patienten. Für sie sind Medikamente nur ein kleiner Teil der Schmerzbehandlung.

FOTO: VOLKER MARTIN

peuten verfolgen einen ganzheitlichen Ansatz. Ursprünglich kümmerte sich die Medizin um den Körper, die Theologie um die Seele. Das war klar getrennt. Auch heute geht es in der Medizin meist noch um Beweise. Wenn jemand Schmerzen hat, muss eine Ursache gefunden werden. Wird diese gefunden, sorgt die Therapie für die Heilung. Bei akuten Schmerzen wie einem Beinbruch funktioniert das auch. Aber es gibt auch Defekte. Ich finde also eine Ursache, kann diese aber nicht beheben. Ein Beispiel dafür wäre eine Beinlängenveränderung aufgrund eines Unfalls. Dabei werden dann chronische Schmerzen hervorgerufen. Eine dritte Möglichkeit ist, dass gar keine Ursache gefunden wird. Der ursprüngliche Ansatz stößt nun an seine Grenzen, da es ohne Beweise keine Behandlung geben kann.

Was charakterisiert ihren ganzheitlichen Ansatz?

DR. ALBRECHT: Wenn ich Schmerzen habe, hat das Auswirkungen auf meine Psyche. Bin ich traurig oder habe Angst, hat das Auswirkungen auf den Körper. Der ganzheitliche Ansatz unterscheidet also nicht und erfordert keine Beweise für ein Schmerzaufreten. Wir haben eine Veränderung im Therapieziel. Es geht nicht mehr darum, eine Ursache mit aller Macht wegzubekommen, sondern mit Beschwerden ein möglichst angenehmes Leben zu ermöglichen. Es ist aber natürlich schwer, das zu akzeptieren.

Wie ist Ihre Arbeit aufgebaut?

DR. ALBRECHT: Bei uns arbeiten nicht nur Ärzte, sondern auch Psychologen, Physiotherapeuten und Co-Therapeuten wie beispielsweise Ergotherapeuten. Alle sind auf die Schmerztherapie spezialisiert. In unserer Tagesklinik kommen die Patienten und nehmen unter anderem an Gruppenprogrammen teil. Auch ambulante und stationäre Behandlungen bieten wir an. Medikamente spielen dabei eine untergeordnete Rolle. Viele Menschen denken, sie werden beim Schmerztherapeuten mit Medikamenten zugeführt. Aber genau das wollen wir mit alternativen Programmen verhindern. Wir sehen uns als Berater und Begleiter der Patienten.

Welche Methoden wenden Sie an?

Im Rahmen einer sogenannten Moto-Therapie spielen Patienten bei

uns beispielsweise Luftballontennis über ein Seil. Danach sind sie begeistert, dass sie sich noch so bewegen können und haben den Schmerz dabei vergessen. Wir Ärzte informieren die Patienten über Schmerzverarbeitung, über Nebenwirkungen von Medikamenten. Die Physiotherapeuten machen Wahrnehmungsübungen, um das Vertrauen in den Körper der Patienten zu stärken. Die Psychologen sprechen über Wechselwirkungen zwischen der Psyche und dem Körper. Wir arbeiten im Team eng zusammen. Auf unserem Behandlungsplan stehen zum Beispiel auch Yoga, Bewegungsbäder oder die Arbeit mit einem Therapeuten. Wir gehen aber immer auch individuell auf die Patienten ein.

Und die Methoden wirken?

DR. ALBRECHT: Viele unserer Patienten kommen nach einer Weile wieder ohne unsere Behandlung aus. Sie sind zufriedener und wissen, wie sie sich selbst besser helfen können. Es ist wichtig, den Menschen ihr eigenes Werkzeug mitzugeben. Sei es durch Informationen oder auch durch konkrete Maßnahmen des autogenen Trainings, mit denen sie sich helfen können.

Hat sich das Schmerzepfinden in unserer Gesellschaft verändert?

DR. ALBRECHT: Viele sind Tätigkeiten, Übergewicht und Stress spielen heute sicher eine Rolle. Der immer stärker werdende Leistungsdruck kommt noch dazu. Allerdings hat man früher die Schmerzen eher akzeptiert und auf das Alter geschoben. Gerade Männer kamen vor vielen Jahren fast gar nicht zu uns, da sie ihr chronisches Leiden nicht zugeben wollten. Heute ist schon mehr Bewusstsein dafür vorhanden und Frauen und Männer kommen gleichermaßen zu uns. Dennoch ist die Schmerztherapie noch nicht ausreichend anerkannt. Hier in Schweinfurt haben wir sie aber schon sehr gut etabliert.

Am Aktionstag gegen den Schmerz am 5. Juni informieren Einrichtungen bundesweit über Möglichkeiten der Schmerzbehandlung: Unter der kostenlosen Rufnummer 0800-1818120 stehen zwischen 9 Uhr und 18 Uhr Schmerzexperten aus ganz Deutschland für Fragen zur Verfügung. Auch Dr. Jutta Albrecht stellt sich den Fragen und wird über die zentrale Leitstelle an Anrufer aus der Region weitergeleitet.