

Beratung chronische Schmerzen

Sehr geehrte/r _____,
sehr geehrte Angehörige,

Viele Erkrankungen oder andere körperliche Schädigungen können dazu führen, dass Sie Schmerzen erleiden. Ihr behandelnder Arzt wird zunächst immer versuchen, die genaue Ursache zu bestimmen und eine wirksame Therapie zu entwickeln. Bei vielen Gesundheitsstörungen dauert eine vollständige Heilung aber sehr lange oder ist gar nicht möglich.

Wir möchten Ihnen helfen, Ihre Schmerzbelastung so weit wie möglich zu reduzieren. Wenn Ihnen Ihr Arzt Schmerzmedikamente verordnet hat, können wir Sie bei der korrekten und regelmäßigen Einnahme/Aufkleben des Schmerzpflasters unterstützen. Darüber hinaus können wir ergänzend auf verschiedene nicht-medikamentöse Pflegemaßnahmen zurückgreifen, von denen viele als "Hausmittel" seit Jahrzehnten bekannt und bewährt sind.

Für eine wirksame Behandlung benötigen wir in jedem Fall Ihre Hilfe. Sie sollten uns mitteilen, wenn Sie Schmerzen haben. Wir müssen wissen, wie stark die Schmerzen sind, in welcher Körperregion sie auftreten und ob die verschriebenen Medikamente wirken. Gerne werden wir uns, wenn Sie dies wünschen, mit Ihrem Hausarzt in Verbindung setzen.

Uns ist bewusst, dass Sie vielleicht Bedenken haben, wenn Sie Schmerzmittel einnehmen sollen. Viele der immer wieder zu hörenden Argumente sind aber nicht zutreffend, da moderne Arzneimittel schonend wirken. Insbesondere müssen Sie keine Angst haben, von den Schmerzmitteln abhängig zu werden. Ihr behandelnder Arzt hat das jeweilige Präparat sehr bewusst ausgewählt, weil er davon überzeugt ist, dass es Ihnen helfen wird. Es gibt also keinen vernünftigen Grund, die "Zähne zusammenzubeißen", die Schmerzen zu verheimlichen und diese ohne unsere Hilfe durchzustehen.

Bedenken Sie, wie stark Ihre Lebensqualität steigen kann, wenn die Schmerzen nicht Ihr Leben bestimmen!

Wahrscheinlich werden Sie etwas Geduld aufbringen müssen. Nicht alle Maßnahmen lindern die Schmerzen sofort, dies dauert oft mehrere Tage. Linderung heißt bei chronischen Schmerzen nicht, dass diese völlig verschwinden, sondern dass eine sogenannte „stabile Schmerzsituation“ eintritt. Das bedeutet, Sie können Ihren Alltag meistern und mit den verbleibenden Schmerzen zurechtkommen. Sie wissen, wie Sie Schmerzspitzen entgegenwirken können und fühlen sich im Umgang mit der gesamten Situation sicher und bleiben selbstständig.

Wir nutzen bevorzugt solche Maßnahmen, deren Wirkung wissenschaftlich belegt ist. Wir folgen dabei den Vorgaben des Expertenstandards "Schmerzmanagement in der Pflege", der von führenden Ärzten und Pflegewissenschaftlern entwickelt wurde. Wir begleiten Sie aber auch, wenn Sie sich für Heilmethoden aus dem Bereich der alternativen Medizin entscheiden sollten. Darüber hinaus möchten wir auch Ihre ganz persönlichen Erfahrungen nutzen. Wenn Sie also im Laufe Ihrer Erkrankung Strategien entwickelt haben, um den Schmerz zu lindern, können Sie diese weiterhin nutzen. Wir werden Ihnen dabei helfen.

Hilfe bietet Ihnen auch die Deutsche Schmerzliga e.V.:
Montag, Mittwoch und Freitag von 9-11 Uhr unter Tel: 069 20019019
oder unter: www.schmerzliga.de

Bei weiteren Fragen wenden Sie sich gerne an die Mitarbeiter der Kirchlichen Sozialstation Elsenzthal e.V.

Dieses Merkblatt wurde Ihnen überreicht durch:

_____ am: _____



Prof.-Kehrer Str.14 74909 Meckesheim
Tel. 06226/2099 Fax 06226/992866
www.sozialstation-elsenzthal.de