

Wie komme ich in die Schmerz-Tagesklinik?

- Kontaktaufnahme mit dem Sekretariat der Schmerz-Tagesklinik zur Terminvergabe für ein zweistündiges, ärztliches Erstgespräch und zur Untersuchung (s.u.).
- Zusendung von Fragebögen durch die Schmerztagesklinik.
- Zum Erstaufnahmetermin bitte Einweisungsschein (Verordnung von Krankenhausbehandlung) vom Haus- oder Facharzt mitbringen und bei der Patientenaufnahme anmelden.
- Zuvor bitte alle Befunde bezüglich der Schmerzsymptomatik an die Schmerztagesklinik senden oder - aller spätestens - zum Erstgespräch mitbringen (vom Haus- und Facharzt, Reha-Behandlungen etc.).



Das Team der Schmerz-Tagesklinik

Haben Sie noch weitere Fragen, die wir auf dem begrenzten Platz unseres Informationsflyers nicht beantworten können, dann rufen Sie uns einfach an. *"Wir beraten Sie gerne auch telefonisch"*



Kontakt:

Schmerz-Tagesklinik

Klinikum Traunstein
Cuno-Niggel-Strasse 3
83278 Traunstein

Telefon: 0861-705 - 1381
Fax: 0861-705 - 1389
E-Mail: schmerz-tagesklinik@klinikum-traunstein.de
E-web: www.klinikum-traunstein.de



Abteilung für Anästhesie,
Intensivmedizin und Schmerztherapie

Klinikum Traunstein

Akademisches Lehrkrankenhaus der Ludwig-Maximilians-Universität München



Schmerz-Tagesklinik

Zur Behandlung chronischer Schmerzen



Was sind chronische Schmerzen?

Patienten mit chronischen Schmerzen haben häufig eine über Monate und Jahre andauernde Leidensgeschichte. Oftmals lässt sich dabei keine eindeutige körperliche Schmerzsache finden und viele Patienten haben das Gefühl, als Simulanten angesehen zu werden. Zudem haben sie vielfach eine Reihe von Behandlungen hinter sich, die aber nicht den erhofften Erfolg brachten. Die Auseinandersetzung mit der Schmerzkrankheit rückt oft in den Mittelpunkt des Lebens und kann sich damit dramatisch auf den beruflichen, familiären und sozialen Bereich auswirken; sozialer Rückzug und Schonverhalten oder aber eine übersteigerte Leistungsorientierung mit erhöhter Anspannung verstärken dabei die Schmerzsymptomatik.

Chronische Schmerzen werden u. a. durch Stress und psychische Überforderung sowie anhaltende Belastungen bei gleichzeitig geringen eigenen Reserven aufrechterhalten. Wird dies nicht als entscheidende Mitursache erkannt und über Jahre lediglich auf körperlicher Ebene behandelt, kommt es zu einer Verschlimmerung und Chronifizierung der Beschwerden.

Therapie bei chronischen Schmerzen

Bei der Therapie von chronischen Schmerzen hat sich ein multimodales Therapieprogramm bewährt. Darunter versteht man die gleichzeitige, inhaltlich eng aufeinander abgestimmte Behandlung Schmerzkranker durch unterschiedliche therapeutische Disziplinen. Unser Behandlungsteam besteht aus zwei Ärzten, zwei Psychologischen Psychotherapeutinnen, einer Physiotherapeutin, einer Sportwissenschaftlerin und zwei Co-Therapeuten.



Was behandeln wir? (Indikationen)

- Chronische Rückenschmerzen (Hals-, Brust- und Lendenwirbelsäule, Iliosakralgelenk)
- Migräne
- Chronische Kopf- und Gesichtsschmerzen
- Fibromyalgie
- Muskuläre Verspannungsschmerzen
- Phantomschmerzen
- Komplexe regionale Schmerzsyndrome der Extremitäten

Therapiebausteine

- **Psychotherapie**
 - Schmerzbezogene Gruppentherapie
 - Problemorientierte Gruppentherapie
 - Biofeedback/Neurofeedback
 - Entspannungsverfahren
 - Psychologische Einzeltherapie
- **Bewegungstherapie wie z.B.:**
 - Kräftigungsgymnastik
 - Stretching
 - Medizinische Trainingstherapie

- Koordinationstraining
- Nordic-Walking
- Aquatraining
- Einzel-Physiotherapie

- **Körperwahrnehmung wie z.B.:**

- Yoga, Qi Gong
- und andere meditative Verfahren

- **Medizinische Therapie**

- Informationen zur Entstehung chronischer Schmerzen
- Information zu Wirkung von Medikamenten
- Medizinische Begleitung der medikamentösen Therapie

Therapieziele

- Verbesserung von Lebensqualität und Lebenszufriedenheit
- Verbessertes Umgang mit Schmerzen
- Abbau von Hilflosigkeit, Angst und Depression durch fehlgesteuertes Krankheitsverhalten
- Erweiterung von sozialer Aktivität
- Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit
- Berufliche Wiedereingliederung
- Reduktion der Schmerzmedikamente
- Hilfe zur Selbsthilfe

