

Schmerzen beeinträchtigen die Lebensqualität



Prof. Dr. med. Eli Alon

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Akute Schmerzen sind ein Signal. Wir haben uns beim Sport verletzt oder haben uns verbrannt. Ist die Ursache beseitigt, vergeht der Schmerz. Chronische, d.h. lang andauernde Schmerzen hingegen sind eine eigenständige Krankheit. Chronische Schmerzen können unter Umständen noch anhalten, wenn deren Ursache bereits weggefallen ist. Es gibt europaweit keine zuverlässigen epidemiologischen Daten über chronische Schmerzen. Sie sind aber unbestreitbar ein äusserst weit verbreitetes Krankheitsbild, das

mit steigendem Alter häufig zunimmt und besondere Beachtung verdient, denn: In der Schweiz leiden rund 16 Prozent der Bevölkerung an chronischen Schmerzen.

Die am meisten anzutreffenden chronischen Schmerzzustände sind so weit verbreitet, dass sie leider oft als normaler, unvermeidbarer Teil des Lebens angesehen werden. Nur wenige Menschen sterben an ihren Schmerzen, aber viele, zu viele sterben unter Schmerzen und noch viele mehr müssen mit ihren Schmerzen leben. Das muss nicht sein. Können wir den Grund für die Schmerzen nicht beseitigen oder finden wir keine Ursache dafür, ist die Behandlung und Linderung der Schmerzen oberstes Ziel. Manchmal ist das nur teilweise möglich. Trotzdem gibt es immer noch Möglichkeiten, die generelle Lebensqualität von Schmerzpatienten zu verbessern. Neben der enormen Beeinträchtigung der Lebensqualität der Betroffenen, entstehen durch chronische Schmerzen auch erhebliche Kosten. Die finanzielle Belastung auf vielen verschiedenen Ebenen beläuft sich nach Expertenmeinungen auf eine Summe, die den Kosten für Herz-/Kreislauf- und Krebserkrankungen entspricht. Eine adäquate Behandlung kann hier korrigierend wirken.

Die Behandlung chronischer Schmerzen beruht häufig auf der adäquaten Anwendung von Medikamenten. Sie erfordert aber auch den Einsatz zahlreicher anderer Methoden unterschiedlicher Natur. Wir wollen, dass Patienten nicht still leiden müssen. Chronische Schmerzen sind behandelbar.

Ganz wichtig: Patienten können sich auch selber helfen. Am wichtigsten: Sie sollten die Hoffnung nicht aufgeben und den Willen zum Weitermachen nicht verlieren. Ständig erfahren wir von neuen Entdeckungen und Entwicklungen, die uns weltweit zugänglich sind. Auch wir europäischen Schmerzspezialisten treffen uns regelmässig zum Austausch über neue Behandlungsmöglichkeiten und -ansätze für Schmerzpatienten.

In den letzten Jahren wurden in der Schweiz spezielle Schmerzkliniken, -zentren und -praxen zur Behandlung von Patienten mit chronischen Schmerzen eröffnet. Hier treffen leidgeprüfte, manchmal verzweifelte Menschen Fachärztinnen und -ärzte, die durch ihr Wissen Zugang zu den Problemen und Schwierigkeiten von Patienten mit chronischen Schmerzen haben.

Einige dieser Experten erklären in diesem Heft, was wir heute alles gegen Schmerzen ausrichten können – es gibt tatsächlich ein breit gefächertes Behandlungsangebot.

Herzlich Ihr

Prof. Dr. med. Eli Alon

Werdegang

Eli Alon hat seine Anästhesie-Ausbildung in Zürich absolviert. Es folgten Auslandsaufenthalte in den USA, in GB und Deutschland. Nach seiner Habilitation in Zürich war er Chefarzt in Lugano. Alon ist Professor für Anästhesiologie an der Universität Zürich, wo er für Medizinstudenten Vorlesungen hält, zusätzlich ist er Konsiliararzt für Schmerztherapie im Universitätsspital Zürich und Präsident der Schweizerischen Gesellschaft zum Studium des Schmerzes. In seiner Schmerz-Praxis in Zürich-Enge betreibt er Schmerztherapie. Das in dieser Praxis für Schmerztherapie von ihm geleitete interdisziplinäre Schmerz-Konsilium setzt sich aus Spezialärzten und Fachleuten folgender Disziplinen zusammen: Rheumatologie, Neurologie, Psychiatrie, Psychologie, klassische Homöopathie, Physikalische Therapie, Akupunktur TCM und Komplementärmedizin.

Info: Praxis für Schmerztherapie Bederstr. 80, 8002 Zürich- Telefon 043/ 344 99 00, Fax 043/ 344 99 02

Chronischer Schmerz – eigenständige Krankheit

Lange war der chronische Schmerz mit seinen Ursachen und Auswirkungen ein unbekanntes und unerforschtes Gebiet. In den letzten zehn Jahren hat die Medizin zwar große Fortschritte gemacht, für viele Arten von chronischen Schmerzen gibt es allerdings immer noch keine Heilung. Dennoch ist es möglich, durch bestimmte Therapien die Schmerzen teilweise, in manchen Fällen sogar vollständig zu lindern. Oft werden chronische Schmerzen aber sehr spät diagnostiziert oder falsch behandelt. Dies führt zu massiven Kosten in der gesamten Volkswirtschaft.

Text: Eli Alon

Bei Schmerzen handelt es sich um eine komplexe, individuelle Erfahrung mit sensorischen, emotionalen und sozialen Aspekten. Wichtig ist hierbei, dass Menschen den Schmerz immer individuell erfahren und keine Schmerzerfahrung – auch bei gleicher Schmerzursache – der anderen völlig

☞ **Chronische Schmerzen verursachen nicht nur Leid, sondern auch erhebliche direkte und indirekte Kosten.** ☞

gleich. Der Grund dafür liegt in der unterschiedlichen Art und Weise, in der das Gehirn den Schmerz interpretiert und in der Tatsache, dass auch unsere individuelle Lebenserfahrung die Art und Weise, in der wir Schmerz erfahren und ausdrücken, beeinflusst.

Chronische Schmerzen verursachen nicht nur Leid, sondern auch erhebliche direkte und indirekte Kosten. Die Prävalenz chronischer Schmerzen in der Bevölkerung westlicher Staaten ist hoch. Sie wird im Mittel mit 15 Prozent angegeben, mit einer Spannweite von 2 Prozent bis 40 Prozent. In Australien sind beispielsweise zwischen 17 und 20 Prozent der Bevölkerung von chronischen Schmerzen betroffen. Studien in Europa weisen im Vergleich zu anderen Ländern mit 34 Prozent eine fast doppelt so hohe Rate für Schmerzen auf. Studien aus weniger entwickelten Ländern bestätigen diesen Befund. Chronische Schmerzen führen zu einer verstärkten Inanspruchnahme des Ge-



sundheitssystems, was die Gesundheitskosten erhöht. Neben diesen direkten Kosten des chronischen Schmerzes sind auch die indirekten Kosten infolge von Arbeits- und Steuerausfällen sowie Berentungen zu berücksichtigen.

Krebs und AIDS überschreiten. Eine besondere Rolle spielen dabei die chronischen Rückenschmerzen: Die Chronifizierung von Rückenschmerzen bei einem kleinen Teil von Rückenschmerzpatienten ist für einen grossen

Interesse. Zu den indirekten Kosten gehören unter anderem die Kosten für Berentungen sowie Produktivitätsverluste und Verluste an Steuereinnahmen. Bei chronischen Krankheiten können die indirekten Kosten 25 bis 95 Prozent der Gesamtkosten ausmachen. Bei chronischen Schmerzen wird der Anteil der indirekten Kosten an den Gesamtkosten auf 93 Prozent geschätzt. Allerdings sind internationale Vergleiche schwierig, da die Architektur der Sozialversicherungssysteme unterschiedlich ist. Doch auch bei sehr konservativer Schätzung stellt die chronische Schmerzkrankheit eine erhebliche volkswirtschaftliche Belastung dar: In den Niederlanden wurden die indirekten Kosten für die Volkswirtschaft mittels konservativer Schätzung auf 0,28 Prozent des niederländischen Bruttosozialprodukts geschätzt.

☞ **Es wird vermutet, dass die Kosten für die Behandlung chronischer Schmerzen die Summe der Kosten für die Behandlung von koronarer Herzkrankheit, Krebs und AIDS überschreiten.** ☞

Es wird vermutet, dass die Kosten für die Behandlung chronischer Schmerzen die Summe der Kosten für die Behandlung von koronarer Herzkrankheit,

Teil der Gesamtkosten des chronischen Schmerzes verantwortlich. In den Niederlanden und in England wurden die direkten finanziellen Auswirkungen von Erkrankungen des Bewegungsapparates auf rund 7 Prozent der Gesamtausgaben für das Gesundheitswesen geschätzt. Die Kosten für Rückenschmerzen sind vergleichbar mit denen für Kopfschmerzen, Herzkrankheiten, Depression oder Diabetes. Ursache der hohen direkten Kosten sind neben Patientenfaktoren auch Faktoren im Gesundheitssystem selbst. So können ungenügende Kenntnisse über chronische Schmerzkrankheiten zu einer extensiven Suche nach einer körperlichen Schmerzursache führen. Oder die Relation zwischen Behandlungsziel und -aufwand wird zu wenig beachtet. Eine weitere Rolle spielt die Ausgestaltung des Sozialversicherungssystems, das Anreize zu einem übertriebenen Interventionismus enthält. Zudem können Leistungserbringer versuchen, Einkommensausfälle in anderen Bereichen (z.B. infolge veränderter Tarifsyste) durch Leistungen der Schmerzbehandlung zu kompensieren.

Neben den direkten Kosten, resultierend aus Behandlungen, sind bei chronischen Schmerzen die indirekten Kosten von grossem volkswirtschaftlichem



Schmerz

Schmerzen sind eine komplexe Sinnesempfindung, welche durch die Erregung von Schmerzrezeptoren entstehen. Die Schmerzrezeptoren sind meist freie Nervenenden, die auf verschiedene Reize reagieren können wie beispielsweise Hitze, Kälte, Verletzungen oder starken Druck. Die eigentliche Schmerzempfindung unterscheidet sich jedoch von Mensch zu Mensch. So können diese einerseits als ein Gefühl beschrieben werden (heftig, schrecklich) und andererseits als sensorische Wahrnehmung wie brennend oder stechend).

Der chronische Schmerz als einständige Krankheit

Zusätzlich zum unterschiedlichen pathophysiologischen Mechanismus zwischen akutem und chronischem Schmerz ist zu beachten, dass sich mit der Chronifizierung zahlreiche komplexe physisch und psychosoziale Veränderungen einstellen, die integraler Bestandteil des chronischen Schmerzproblems werden und erheblich zu Leiden der Betroffenen beitragen. Hierzu gehören:

1. Immobilisierung und nachfolgende Verschlechterung der Funktion von Muskeln, Gelenken.
2. Dämpfung des Immunsystems und infolge dessen grössere Krankheitsanfälligkeit
3. Schlafstörungen
4. Appetitlosigkeit und mangelnde Nahrungsaufnahme
5. Langzeiteinnahme von Medikamenten
6. Übermässige Abhängigkeit von der Familie und anderen Pflegepersonen
7. Übermässige bzw. unsachgemässe Inanspruchnahme der Einrichtung des Gesundheitssystems
8. Verminderte Leistungen am Arbeitsplatz oder Krankenstand bzw. frühzeitige Berentung
9. Abwendung vom gesellschaftlichem Leben und von der Familie bis hin zur Isolation
10. Angst, Sorgen
11. Verbitterung, Frustration, Depression bis hin zum Selbstmord