

Schmerztherapie

Kampf dem Schmerz!

Unterschätzte Tortur: Mehr als 20 Prozent der Österreicher leiden an chronischen Schmerzen. Wir geben Tipps, wie Sie Beschwerden in Kopf, Kreuz, Knie etc. in den Griff bekommen.

VON MICHAELA WERTHMÜLLER

Die Zahlen klingen hart und überraschen immer wieder. Laut einer Studie des Marktforschungsunternehmens GfK Austria leiden Herr und Frau Österreicher an 115 Tagen im Jahr unter Schmerzen. 3/4 der Österreicher kämpfen zumindest ein Mal jährlich gegen Kopfschmerzen an. 69 Prozent hatten mindestens ein Mal im letzten Jahr Rückenschmerzen und weitere 45 Prozent stärkere Kopfschmerzen.

Vom Warnsignal zur Endlosfolter. Doch das ist nur die Spitze des Eisbergs. Bei manchen sind Schmerzen in Kopf, Kreuz, Knie etc. fester Bestandteil des täglichen Lebens.

„1,5 Millionen Österreicher über 16 leiden an chronischen Schmerzen, die bereits drei Monate und länger andauern“, sagt Dr. Waltraud Stromer, diplomierte Schmerztherapeutin und Leiterin der Schmerzambulanz am Landeskrankenhaus Waldviertel Horn. „Dieser Schmerz ist oft lebensbestimmend“, so die Fachärztin für Anästhesie und allgemeine Intensivmedizin. „Es ist meist eine eigenständige Erkrankung mit Beeinträchtigung der Psyche und des sozialen Lebens.“

Doch leider vergehen oft Jahre, bis ein Schmerzkranker die richtige Therapie erhalte. Noch seien Schmerztherapeuten rar und geeignete Menschen würden nach mehreren Arztbesuchen enttäuscht, entnervt und frustriert aufgeben oder frei nach dem Motto „Ein Indianer kennt keinen Schmerz“ handeln, so Stromer.

Schmerzfreiheit:
Das wünschen
sich viele.

44
NÖ
heute
NÖ heute,
7. 5.
18.58 Uhr
ORF 2

La Vita
Schmerz-
therapie

Gefahr in Verzug. Dabei ist Schmerz nicht einfach nur das klassische Reiz-Reaktions-Schema: Greift man Richtung heiße Herdplatte, zieht man unwillkürlich die Hand zurück.

„Grundsätzlich werden die Sinneszellen durch Reize erregt und leiten die Information ans Rücken-

mark weiter. Erst wiederholt starke Schmerzreize werden ans Gehirn weitergeleitet“, erklärt Stromer und warnt: „Wird der Schmerz nicht kompetent behandelt, führt jeder neue Reiz zu einer Verstärkung des Schmerzes – und dieser kann sich letztendlich auf andere Areale ausbreiten.“

ADRESSEN WENN'S WEH TUT

- Österreichische Schmerzgesellschaft www.oesg.at
- ARGE Schmerz www.oegari.at/arbeitsgruppe.asp?id=76
- Schmerznetz www.schmerznetz.at
- Selbsthilfegruppe Kopfschmerzforum www.kopfschmerzforum.at
- Deutsche Gesellschaft zum Studium des Schmerzes <http://dgss.org/>



FOTOS: BUENOS DIAS; PHOTODISK WEN