



Warum Frauen Schmerzen öfter spüren als Männer

Unterschiede. Experten fordern mehr geschlechtsspezifische Therapien

VON **INGRID TEUFL** (TEXT)
 UND **MANUELA EBER** (GRAFIK)

Die Schmerztherapie ist eines jener Spezialgebiete in der Medizin, in dem die Patienten zunehmend nicht gleich behandelt werden – und das ist gut so. In den vergangenen 20 Jahren hat sich das Wissen über Unterschiede zwischen Frauen und Männern zwar zunehmend verbessert. „Wir müssen aber noch viel deutlicher weg von einer Unisex-Medizin, hin zu geschlechtsspezifischen Behandlungen“, sagt Waltraud Stromer, Anästhesistin und Intensivmedizinerin am Landeskrankenhaus in NÖ.

Die Unterschiede in Wahrnehmung, Entstehung und auch Behandlung von Schmerzen zwischen den Geschlechtern steht daher im Zentrum der „Schmerzwochen 2024“ der österreichischen Schmerzgesellschaft (ÖSG). Frauen leiden generell öfter an Schmerzen und Schmerzkrankungen. „Frauen haben aufgrund

Fakten

Prävention

Um chronischen Schmerzen, vor allem bei Rücken- und Kreuzschmerz, vorzubeugen, raten Schmerzmediziner wie Richard Crevenna, MedUni Wien, zu regelmäßiger körperlicher Aktivität. Es wirke wie eine „Polypill“, also mit breiten präventiven, therapeutischen und rehabilitativen Effekten

Zweitmeinung

Die Österreichische Schmerzgesellschaft fordert einen Rechtsanspruch auf eine ärztliche Zweitmeinung. Das bringe mehr Sicherheit und weniger unnötige Eingriffe

physiologischer Gegebenheiten ein höheres Chronifizierungsrisiko als Männer“, sagt ÖSG-Präsident Wilhelm Eisner, Neurochirurg an der MedUni Innsbruck. Er fordert daher, chronischen Schmerz als eigenes Krankheitsbild zu sehen und nicht als Symptom, „das irgendwo dazugezählt wird“.

Geringe Schmerzschwelle

Tatsächlich wurden mittlerweile viele Klischees durch die moderne Wissenschaft durchleuchtet und in den richtigen Kontext gerückt. Etwa, was das Schmerzempfinden von Frauen betrifft. „Im Gegensatz zu Männern ist ihre Schmerzschwelle geringer, ebenso die Fähigkeit zur körpereigenen Schmerzhemmung, da bei Frauen spezielle Nervenfasern schmerzempfindlicher sind“, erklärt Stromer. Die Schmerzverarbeitung im zentralen Nervensystem scheint bei Frauen sensibler zu sein. Hier spielen unter anderem Hormone eine nicht unwesentliche Rolle. „Testoste-

ron hemmt Schmerzen. Da haben Männer Glück.“ Dazu kommen neueste Forschungen, die darauf hinweisen, dass die Schmerzverarbeitung im Gehirn bei Frauen generell sensibler ist als bei Männern.

Die physiologischen und genetischen Unterschiede (siehe Grafik) zeigen sich bis zur Wirksamkeit von Medikamenten – was besonders für individuell zugeschnittene Schmerztherapien wichtig ist. Stromer beschreibt dies am Beispiel von Opioiden. „Da Frauen mehr Fettgewebe als Männer haben, verbleiben Opiode länger dort und werden langsamer ausgeschüttet.“

Auch Hormone beeinflussen übrigens die Opiode, Östrogen etwa die Empfindlichkeit der Opioidrezeptoren im Körper. „Dadurch wirken sie bei gleicher Dosis zwei- bis dreimal stärker. Und Frauen neigen bei diesen Medikamenten häufiger zu Übelkeit“, sagt Stromer. Dies sei in die Auswahl der Arzneien miteinzubeziehen.