

Quelle:

[www.lazarus.at/2016/06/02/neue-patientenbroschuere-weniger-schmerzen-nach-der-op](http://www.lazarus.at/2016/06/02/neue-patientenbroschuere-weniger-schmerzen-nach-der-op)

## **Neue Patientenbroschüre: Weniger Schmerzen nach der OP**



# SCHNELL FIT NACH DER OPERATION

TIPPS FÜR EINE SCHNELLERE  
GENESUNG UND  
WENIGER SCHMERZEN



**>CHANGE PAIN<sup>®</sup>**  
*Taking care of pain*

Eine Initiative von Grünenthal und der Dachorganisation  
der europäischen Schmerzgesellschaften (EFIC)

**Tipps für weniger Schmerzen und eine raschere Genesung nach einem chirurgischen Eingriff bietet eine neue Patientenbroschüre der**

**europaweiten Initiative „Change Pain“. Bis zu 40 Prozent der PatientInnen haben nach einer Operation starke Schmerzen. Diese Tatsache wird häufig unterschätzt, wodurch Schmerzen nicht ausreichend behandelt werden und die Chronifizierung des Schmerzes droht. Ein neuer Ratgeber zeigt konkret auf, was man als Patient selbst dazu beitragen kann, nach einem chirurgischen Eingriff möglichst rasch schmerzfrei und wieder auf den Beinen zu sein.**

[CHANGE PAIN](#) wurde vor ein paar Jahren ins Leben gerufen, um die Versorgung chronischer Schmerzpatienten zu verbessern. Nun wird das Informations- und Serviceangebot um den Bereich des Akutschmerzes erweitert, der besonders Patienten nach Operationen stark belasten kann. „Schmerzen können nach jedem chirurgischen Eingriff auftreten. Allerdings wird die erwartete Schmerzintensität häufig falsch eingeschätzt und der Schmerz somit nicht angemessen behandelt“, beschreibt OA Dr. Wolfgang Jaksch, Präsident der Österreichischen Schmerzgesellschaft den Handlungsbedarf. Ist der Schmerz einmal chronisch, kann er nicht mehr geheilt, sondern nur noch gelindert werden – und wird zum lebenslangen Begleiter. Um das zu verhindern, ist bereits der erste Tag nach der Operation von entscheidender Bedeutung. „Je länger ein Patient am ersten postoperativen Tag unter starken Schmerzen leidet, desto höher ist das Risiko für die Entwicklung chronischer Schmerzen“, erklärt Jaksch.



Spannendes Detail: Entgegen den Erwartungen sind bei kleineren Operationen wie Mandelentfernung, Entfernung der Gallenblase oder des Blinddarms die Schmerzen häufig stärker als bei umfangreicheren Eingriffen wie Schädel- und/oder Gehirnoperationen, Entfernung der Prostata oder der Gebärmutter.<sup>1</sup>

### **Neuer Leitfaden macht „Schnell fit nach der Operation“**

Im Rahmen von CHANGE PAIN wurden nun Tipps zusammengefasst, die helfen

sollen, nach einer Operation wieder rasch aus dem Bett und auf die Beine zu kommen. „Mit der neuen Broschüre „Schnell fit nach der Operation“ bekommen Patienten - ähnlich dem erfolgreichen „Schmerz-Werkzeugkoffer“ für chronische Schmerzpatienten - konkrete Empfehlungen in die Hand, die sie selbst ganz einfach umsetzen können“, sagt die Patientenvertreterin Dkfm. Erika Folkes von der österreichischen Allianz Chronischer Schmerz. Sie appelliert: „Patienten können aus eigener Initiative dazu beitragen, dass es ihnen schneller wieder bessergeht. Das sollten sie nutzen!“

### **Patient hat aktive Rolle**

Eine optimale Schmerzbehandlung beginnt schon vor der eigentlichen Operation. Am Beginn steht die Vorbereitung auf das Aufklärungsgespräch. Der Ratgeber beinhaltet daher auch eine Anleitung, was bei diesem Gespräch beachtet werden sollte. „Im Rahmen des Aufklärungsgesprächs soll der Patient auch über zu erwartende Schmerzen und schmerztherapeutische Möglichkeiten informiert und aktiv in die Therapieentscheidung einbezogen werden“, so Jaksch. „Die Zufriedenheit mit der gesamten Behandlung steigt, wenn die Patienten in die Auswahl der schmerzmedizinischen Behandlung miteingebunden werden.“

Auch nach der Operation kann man als Patient einiges tun: „Etwa die Hälfte der Patienten berichtet erst dann über Schmerzen, wenn sie unerträglich werden. Die Zähne zusammenbeißen und den Schmerz aushalten, sollte man jedoch auf keinen Fall!“, betont Patientensprecherin Folkes. Diese falsche Tapferkeit muss nicht sein, denn es gibt sehr gute schmerzmedizinische Möglichkeiten. Sie darf auch nicht sein, denn sie kann den Heilungsverlauf gefährden. Zudem hat man das Recht auf bestmögliche Schmerzbehandlung!<sup>2</sup>

Auch die aktive Kontrolle über die Therapie scheint von hoher Wichtigkeit für die Patienten zu sein. So zeigte eine Metaanalyse von 55 Studien mit beinahe 4.000 Patienten, dass eine patientengesteuerte Analgesie im Vergleich zu einer konventionellen intravenösen Verabreichung von Schmerzmitteln zu einer

höheren Zufriedenheit führt.<sup>3</sup> Selbst bei großen Schmerzen kann dadurch eine verhältnismäßig hohe Patientenzufriedenheit erreicht werden.<sup>4</sup>

## **Bestellhinweis**

Die Broschüre „Schnell fit nach der Operation“ ist kostenlos erhältlich bei der

### **Allianz Chronischer Schmerz Österreich**

T: 01/489 09 36 (Bürozeiten: Dienstag und Mittwoch 10 bis 12 Uhr) bzw. auf Anrufbeantworter

E: [info@schmerz-allianz.at](mailto:info@schmerz-allianz.at)

oder zum freien Download [HIER](#)

-

(Cover Patientenbroschüre: © Grünenthal)