

## Die multimodale Schmerztherapie im St. Josef-Stift

Die multimodale Schmerztherapie erfolgt im stationären oder tagesklinischen Rahmen in Gruppen von max. 8 Patienten über einen Zeitraum von 3 Wochen. Ein Team aus Expertinnen und Experten aus den Bereichen Medizin, Psychologie, Physio- und Ergotherapie sowie speziell ausgebildete Pflegekräfte (Pain Nurse) machen sich ein Bild von den Schmerzerkrankungen und den damit einhergehenden Beeinträchtigungen und betreut die Patientinnen und Patienten bei ihrer Behandlung im St. Josef-Stift.

Innerhalb der Therapie kommen folgende Verfahren zur Anwendung: ärztliche Behandlung und Beratung, medikamentöse Schmerztherapie, aktivierende Physiotherapie, medizinisches Gerätetraining, Nordic Walking, Kreativtherapie, Arbeitsplatztraining, Entspannungsverfahren (Progressive Muskelrelaxation), psychologische Begleitung in Einzel- und Gruppengesprächen sowie Patientenseminare (Informationen über chronische Schmerzen, Schmerzmedikamente, Stressbewältigung und Entspannung).

Folgende Erkrankungen werden von uns schwerpunktmäßig behandelt:

chronische Rückenschmerzen, Schmerzen des Bewegungsapparates, z. B. Arthroseschmerzen, Ganzkörperschmerzen (Fibromyalgie), Entzugsbehandlung bei Schmerzmittelmissbrauch.



## Stationäre oder tagesklinische Behandlung

Ob eine stationäre oder tagesklinische Behandlung für den einzelnen Patienten geeignet ist, klärt sich im Rahmen der ambulanten Voruntersuchung.

### Stationäre Behandlung

Für Patienten mit einschränkenden Begleiterkrankungen oder einem fortgeschrittenen Mobilitätsdefizit kann eine stationäre schmerztherapeutische Behandlung notwendig sein. Dennoch ist auch hier in Anbetracht der Therapie-dichte eine ausreichende körperliche

Belastbarkeit und die Bereitschaft zur körperlichen Belastung Voraussetzung.

### Schmerz-Tagesklinik

Die Schmerz-Tagesklinik richtet sich an Patientinnen und Patienten, die noch mobil sind und in räumlicher Nähe zum St. Josef-Stift wohnen. Die tägliche Anfahrt zur Klinik muss selbst organisiert werden. Ein Fahrtkostenzuschuss muss mit der Krankenkasse abgeklärt werden.

Die Behandlung findet von montags bis freitags in der Regel von 8.30 Uhr bis 16 Uhr in der Klinik statt. Am Spätnachmittag werden die Patientinnen und Patienten über Nacht entlassen.

Die Schmerz-Tagesklinik bietet den Vorteil, mit dem persönlichen Umfeld in Kontakt zu bleiben. So können in der Klinik erlernte Bewältigungsstrategien und Verhaltensänderungen zu Hause direkt erprobt und Probleme der Umsetzung in der Therapie besprochen und Lösungsansätze gefunden werden.

## Kontakt

Für Rückfragen steht Ihnen unser Patientenmanagement zur Verfügung und vermittelt Ihnen gerne einen telefonischen Gesprächstermin mit unserer Pain Nurse.

Sie erreichen unser Patientenmanagement **montags bis donnerstags von 7 bis 19 Uhr und freitags von 7 bis 18 Uhr unter:**

Telefon: 02526 300-300  
Telefax: 02526 300-301  
pm@st-josef-stift.de



## Multimodale Schmerztherapie

Stationäre Behandlung und Tagesklinik für chronische Schmerzpatienten

### St. Josef-Stift Sendenhorst

- Orthopädisches Kompetenzzentrum
- Wirbelsäulenzentrum
- Rheumatologisches Kompetenzzentrum Nordwestdeutschland
- Endoprothesenzentrum Münsterland

### Reha-Zentrum am St. Josef-Stift gGmbH

Westtor 7 · 48324 Sendenhorst  
www.st-josef-stift.de

Schmerzambulanz für Gelenk- und Rückenbeschwerden  
Chefarzt Herbert Thier  
Telefon: 02526 300-1591  
Telefax: 02526 300-1599  
sk@st-josef-stift.de



Liebe Patientin, lieber Patient,  
liebe Interessierte,



ca. 23 Millionen Deutsche leiden an chronischen Schmerzen. Nicht selten beeinträchtigen diese Schmerzen das Wohlergehen und die Lebensqualität der Betroffenen in erheblichem Maße und können das Leben leidvoll dominieren.

Die Schmerzambulanz für Gelenk- und Rückenbeschwerden des St. Josef-Stifts Sendenhorst bietet Patientinnen und Patienten mit der so genannten multimodalen Schmerztherapie eine intensive und umfassende Hilfe in der Bewältigung ihrer Schmerzen an. Diese Behandlung kann in Abhängigkeit von der Erkrankung und Belastbarkeit des Patienten im stationären oder tagesklinischen Rahmen erfolgen. Mit Hilfe dieses Faliblatts möchten wir Ihnen unser Behandlungskonzept vorstellen und erläutern.

Vielen Dank für Ihr Interesse.

Mit freundlichen Grüßen

Herbert Thier  
Chefarzt der Schmerzambulanz für Gelenk-  
und Rückenbeschwerden

## Wenn Schmerz zur Krankheit wird

Schmerzen gehören zum Leben wie Hunger und Durst. Trotz ihrer Unannehmlichkeit dienen sie dem Menschen als überlebenswichtiges Warnsignal und schützen ihn vor schädigenden Einwirkungen. In der Regel klingt dieser normale oder auch „akute Schmerz“ ab, sobald die auslösende Ursache, z. B. eine Verletzung, ausgeheilt oder beseitigt worden ist. Hält der Schmerz jedoch länger als 3 bis 6 Monate an oder tritt er immer wiederkehrend auf, spricht man von einem so genannten „chronischen Schmerz“.

Der chronische Schmerz kann zu körperlicher Schwäche und abnehmender Belastbarkeit, Schlaflosigkeit, Müdigkeit und Konzentrationsschwäche führen. Er kann im Laufe der Zeit das Fühlen, Denken und Handeln eines Menschen derart bestimmen, dass diesem die Lebensfreude und Zuversicht genommen wird. Dabei ist eine eindeutige organische Ursache bei länger anhaltenden Schmerzen meist nicht mehr zu finden. Der Schmerz hat längst seine warnende Funktion verloren und entwickelt sich zu einem eigenständigen komplexen Krankheitsbild.



## Die multimodale Schmerztherapie – Hilfe zur Selbsthilfe

Schon lange haben Experten erkannt, dass chronische Schmerzen einen eigenen Krankheitswert erlangen können und einer sehr umfangreichen Behandlung bedürfen. Spritzen und Tabletten reichen zur Behandlung chronischer Schmerzen nur sehr selten. Wichtig für eine erfolgversprechende Therapie ist die Zusammenarbeit verschiedener Spezialisten, die sich mit der Entstehung, Aufrechterhaltung und Behandlung chronischer Schmerzen in besonderer Weise auskennen.

Im Rahmen der so genannten multimodalen Schmerztherapie versucht ein Expertenteam mit Hilfe unterschiedlicher therapeutischer Verfahren (multimodaler Ansatz) gemeinsam mit dem Betroffenen, einen eigenverantwortlichen und hilfreichen Umgang mit dem Schmerz zu entwickeln und eine Verminderung der Schmerzen und eine Verbesserung der Lebensqualität zu erreichen. Dabei werden fundierte Kenntnisse über die körperlichen und psychischen Zusammenhänge bei der Schmerzentstehung und -aufrechterhaltung vermittelt und mit den Patienten konkrete Bewegungs- und Entspannungsübungen zur besseren Schmerz- und Stressbewältigung eingeübt.

Entscheidend für den Erfolg dieser Therapie ist die Mitarbeit des Patienten bzw. der Patientin und die Bereitschaft zur Übernahme von Eigenverantwortung im Umgang mit der eigenen Schmerzerkrankung.

## Ambulante Voruntersuchung



Vor Aufnahme zur multimodalen Schmerztherapie finden zunächst eine ausführliche ambulante ärztliche und physiotherapeutische Untersuchung sowie ein psychologisches Erstgespräch statt, das auch den biographischen und sozialen Hintergrund des Patienten erfasst. Im Rahmen dieser Erstuntersuchung wird gemeinsam geklärt, ob eine stationäre oder tagesklinische Behandlung in unserer Klinik möglich und hilfreich sein kann und ob sich der Patient bzw. die Patientin auf das verhaltenstherapeutisch ausgerichtete Behandlungskonzept auch einlassen will.

Erscheint eine multimodale Schmerztherapie geeignet, wird ein Termin zur stationären Aufnahme oder zur Aufnahme in die Schmerz-Tagesklinik vereinbart.