

# Experten-Tipp: Therapie chronischer Schmerzen

## Chronische Schmerzen können ein Leben bestimmen – das muss nicht sein



### Dr. med. Bernhard Kügelgen

Leitender Arzt des Therapie-Zentrum Koblenz,  
Ärztlicher Direktor des MVZ Koblenz  
Facharzt für Neurologie, Facharzt für Psychiatrie,  
Facharzt für Physikalische und Rehabilitative  
Medizin, Spezielle Schmerztherapie

Die Therapie akuter Schmerzen ist täglich ein gut lösbares Routineproblem in vielen Arztpraxen und Krankenhäusern. Das Ziel der Patienten, wenig Schmerzen zu erleiden oder Schmerzen zu vermeiden, kann in vielen Fällen nahezu perfekt erreicht werden. Die Patienten sind hierfür sogar bereit, eine Narkose in Kauf zu nehmen.

Ganz anders ist es bei chronischen Schmerzen. Für alle Schmerzmittel, auch Opioide gilt, dass ihre Wirkung

nach einigen Wochen nachlässt. Der Körper gewöhnt sich an die Medikamente und die Patienten beklagen einen

Wirkungsverlust und zunehmende Schmerzen. Sie verlangen eine höhere Dosis oder zusätzliche Medikamente. Dabei ist das Ziel chronisch Schmerzkranker ein ganz anderes als bei akut Erkrankten. Im Mittelpunkt steht ihr Wunsch nach einem uneingeschränkten und selbstbestimmten Leben.

Es fehlt an wissenschaftlichen Beweisen, dass betäubende Medikamente bei regelmäßigem Einsatz eine nachhaltige Wirkung behalten. Nach der erheblichen Ausweitung des Gebrauches von starken und

stärksten Schmerzmitteln Ende der 90er Jahre, ausgehend von den USA, wurde die weltweite zunehmende Verbreitung bereits wenige Jahre später zunehmend kritisch bewertet. 2009 erschien in Deutschland von der Deutschen Gesellschaft zum Studium des Schmerzes eine wissenschaftlich hochkarätige S3-Leitlinie über den Langzeiteinsatz von Opioiden bei nicht tumorbedingten Schmerzen (LONTS). Es wurde auf hohem wissenschaftlichem Niveau nachgewiesen, dass eine Wirkung selbst stärkster Schmerzmittel zu einer erfolgreichen Betäubung über die drei Monatsgrenze hinaus nicht nachgewiesen werden konnte. Dieser Leitlinie haben sich 14 wissenschaftliche Gesellschaften in Deutschland

angeschlossen. Trotz dieser wissenschaftlich eindeutigen Situation ist der Langzeiteinsatz von Schmerzmitteln, sogar Opioiden, nahezu ungebremst. In den USA ist deswegen vor etwa zwei Jahren der Notstand im Gesundheitswesen ausgerufen worden. In den USA wird die Zahl der Toten infolge Toleranzentwicklung und Dosissteigerung durch diese Medikamente pro Jahr auf über 20.000 geschätzt. Auch in Deutschland ist der Einsatz solcher Medikamente bei chronischen Schmerzen ungebrochen. Diese Betroffenen beklagen aber nicht nur eine unzureichende Wirkung der regelmäßig eingenommenen Schmerzmittel, sondern leiden unter ihren Nebenwirkungen. Im Gegensatz zum Alkohol, bei dem es eine klare Promillegrenze gibt, fehlt ein solcher Wert bei Medikamenten. Viele Patienten, die regelmäßig starke Schmerzmittel einnehmen,

sind in ihrem seelisch geistigen Leistungsvermögen derart eingeschränkt, dass sie zum Beispiel kein Fahrzeug mehr führen können. Die Patienten beschreiben selber eine Veränderung ihres Erlebens und Verhaltens, sie leiden unter den Nebenwirkungen dieser Medikamente. Dabei ist das hohe Potenzial, eine körperliche Abhängigkeit auszulösen, eine wichtige und häufige Komplikation dieser Medikamente.

Viel zu wenig bekannt sind andere Methoden, die bei chronischen Schmerzen helfen können: die psychologische- und physikalische Schmerztherapie. Diese haben keine Nebenwirkungen, sondern der Patient kann die erlernten Strategien selbst zu jeder Zeit und an jedem Ort einsetzen. Er erlebt wieder Eigenverantwortung und Eigenkompetenz. Eine wichtige Herausforderung bei einem solchen Behandlungskonzept

ist der in vielen Fällen auftretende körperliche Entzug, der sehr unangenehm werden kann. Auch die fehlende Information der Patienten, die eine nichtmedikamentöse Schmerztherapie nicht kennen und sich so eine Behandlung auch gar nicht vorstellen können, kann erhebliche Angst auslösen. Dabei kann ein Entzug, auch von Opioiden, durch eine enge ärztliche Begleitung und medikamentöse Abfederung so gestaltet werden, dass der Patient das in überschaubarer Zeit schaffen kann. Die Patienten sind nach dem überstandenen Entzug in der Regel erleichtert, beklagen höchstens einen vergleichbaren, in vielen Fällen aber einen geringeren Schmerz und sind nun einer Behandlung viel besser zugänglich.

**Weitere Informationen:**  
Therapie-Zentrum Koblenz  
[www.tz-mvz-koblenz.de](http://www.tz-mvz-koblenz.de)  
[info@tz-mvz-koblenz.de](mailto:info@tz-mvz-koblenz.de)