

## NEWS

## Tabletten sind kein Allheilmittel

■ **Eine Tablette gegen den Kopfschmerz, eine Salbe zur Linderung von Rückenproblemen: So leicht, wie uns die Pharmawerbung glauben machen möchte, lassen sich Schmerzen nicht immer vertreiben.**

Zwar stehen heutzutage dank vieler neuer Entwicklungen hochwirksame Medikamente zur Schmerzbekämpfung zur Verfügung, sinnvoll ist deren Einnahme aber nicht in jedem Fall. Oftmals entscheidet sich im Kopf eines Patienten, ob und wie stark dieser Schmerzen empfindet. Dies gilt insbesondere bei chronischen Schmerzen. Dann geht es um eine ganzheitliche Betrachtung des Patienten.

Ein gutes Beispiel dafür ist der Ganzkörperschmerz, das sogenannte „Fibromyalgie-Syndrom“. Dabei handelt es sich um eine Stressverarbeitungsstörung, die auf Funktionsstörungen in bestimmten Hirnbereichen beruht. Aufgrund ihrer engen Wechselwirkungen mit der Schmerzverarbeitung führen diese zum Ganzkörperschmerz. Eine medikamentöse Behandlung bringt hier keinen Erfolg. Trotzdem werden selbst heute noch viele Patienten, die unter diesen Beschwerden leiden, mit Opiaten behandelt. Oft gehen Patienten auch davon aus, dass sie an einer rheumatischen Erkrankung leiden, die früher als nicht heilbares „Weichteilrheuma“ bezeichnet wurde. Mittlerweile wissen wir aber, dass eine intensive psychosomatische Behandlung in einer speziell



**Prof. Dr. med. Ulrich T. Egle**  
 Ärztlicher Direktor der psychosomatischen Celenus Klinik Kinzigtal in Gengenbach und der Celenus Fachklinik Freiburg



**DER GANZE MENSCH.** Bei chronischen Schmerzen muss der ganze Mensch betrachtet werden. Dies geschieht in speziell auf die Linderung und Heilung von Schmerzkrankungen ausgerichteten Rehabilitationskliniken. FOTO: SHUTTERSTOCK

auf Schmerzstörungen ausgerichteten Rehabilitationsklinik die Beschwerden auch dauerhaft schwinden lassen kann.

### Seelische Verfassung abklären

Anfällig für eine solche Funktionsstörung sind Menschen, die in

bestimmten Situationen schnell Angstgefühle entwickeln, sich zum Beispiel vor engen Räumen, Menschenmengen oder generell vor allem Neuen fürchten. Auch Menschen, die zum Perfektionismus neigen und sich permanent selbst unter einen hohen Leistungsdruck setzen, können betroffen sein, ebenso

## FAKTEN

### Tablettenkonsum in Deutschland

- In Deutschland werden im Jahr durchschnittlich 1.100 Tabletten, Kapseln, Zäpfchen oder Dosierungen anderer Zubereitungen pro Kopf verbraucht – Deutschland liegt damit im Medikamentenverbrauch weltweit auf dem dritten Rang.
- 20,4 Prozent der Frauen nehmen einmal wöchentlich Medikamente, bei den Männern sind es 13,3 Prozent.
- Mit zunehmendem Alter steigt die Häufigkeit der Medikamenteneinnahme.

nahme.

- Problematischer Medikamentenkonsum liegt bei 5,5 Prozent der Frauen und bei 3,2 Prozent der Männer vor.
- Rund 43 Prozent aller Jungen und 48 Prozent aller Mädchen nehmen innerhalb von sieben Tagen mindestens ein Medikament, 7,3 Prozent von ihnen täglich.
- Schätzungsweise 1,3 bis 1,9 Millionen Menschen in Deutschland sind medikamentenabhängig.

wie Personen, die schon früh in der Kindheit hilflos Schmerzerfahrungen ausgesetzt waren. Das trifft zum Beispiel auf Opfer elterlicher Mishandlungen zu oder auf Schmerzpatienten, die sich in Kindheit und Jugend oft ausgegrenzt fühlten und sich als „fünftes Rad am Wagen“ empfanden.

Voraussetzung für eine Heilung ist, dass diese vier Entstehungsmechanismen in einem Patientengespräch zunächst sorgfältig abgeklärt und individuell zugeordnet werden. Bei der – möglichst stationären – Behandlung ist eine Kombination verschiedener Methoden wichtig. So sollten sowohl tiefenpsychologische Einzel- und interaktionale Gruppenpsychotherapien mit Sport- und Bewegungstherapie und Musiktherapie kombiniert werden. Auch eine Behandlung mit Biofeedback oder anderen Entspannungsverfahren ist erfolversprechend. Für Schmerzmittel gibt es hingegen keine Indikation. Allenfalls könnte bei einer bestehenden depressiven Komorbidität als einzige medikamentöse Maßnahme die Einnahme eines Antidepressivums (SSRI-Präparat) sinnvoll sein.

Fibromyalgie ist nur ein Beispiel für die Neigung vieler betroffener Patienten, Schmerz als Ausdruck einer Gewebeschädigung zu verstehen. Dabei ist längst klar, dass jede Art chronischer Schmerz in erster Linie durch Prozesse im Gehirn entsteht oder aufrechterhalten wird und nicht durch Schädigungen im restlichen Körper, auch wenn es dort an der einen oder anderen Stelle weh tut. Dieses Missverständnis, das auch bei vielen Patienten mit Rücken-, Kopf- und Gesichtsschmerzen besteht, verursacht jedes Jahr Kosten in zweistelliger Milliardenhöhe.