

11. Österreichische Schmerzwochen 2011

**Schmerzen  
vermeiden**

**Schmerzen  
behandeln**

EINE PATIENT/-INNEN-INFORMATION DER  
ÖSTERREICHISCHEN SCHMERZGESELLSCHAFT



[www.oesg.at](http://www.oesg.at)

*Sehr geehrte Damen und Herren,*



die Österreichische Schmerzgesellschaft (ÖSG) fördert nicht nur die Wissenschaft und die Ausbildung von Schmerzmediziner/-innen, sondern engagiert sich auch sehr stark für eine immer bessere Versorgung von Schmerzpatient/-innen. Die Österreichischen Schmerzwochen, die heuer bereits zum 11. Mal stattfinden, haben das Ziel, Bewusstsein für die Möglichkeiten der modernen Schmerzmedizin

zu schaffen – und dafür, dass gegen Schmerzen etwas getan werden kann und soll. Es gibt keinen Grund, Schmerzen einfach hinzunehmen. Es geht vielmehr darum, die medikamentösen und nichtmedikamentösen Möglichkeiten der modernen Schmerzmedizin zu nützen. Und das sollte möglichst frühzeitig geschehen, denn es geht darum, dass akuter Schmerz nicht chronisch wird. Ist die Chronifizierung bereits eingetreten, sind die Behandlungschancen schlechter, der Leidensdruck steigt, das Risiko von Begleiterkrankungen nimmt zu und die Kosten für das Gesundheitssystem steigen enorm.

Die großen internationalen Fachgesellschaften haben dieses Jahr das Thema Kopf- und Rückenschmerz in den Vordergrund gestellt. Gegen diese Schmerzformen lässt sich in den allermeisten Fällen etwas Wirksames unternehmen. Voraussetzung dafür ist allerdings, dass rechtzeitig ein in der Schmerzmedizin bewandertes Arzt oder eine Ärztin aufgesucht wird und dass die verschriebene Therapie auch wirklich konsequent angewendet wird.

Die Schmerzmedizin hat sich dem Ziel verpflichtet, die Behandlungsmöglichkeiten immer besser zu machen. Etwas gegen den eigenen Schmerz zu unternehmen, und das in der gebotenen Konsequenz, liegt jedoch auch in der Verantwortung der einzelnen Patient/-innen. Diese Entscheidung kann ihnen niemand abnehmen.

*Mit freundlichen Grüßen*

**Univ.-Prof. Dr. Günther Bernatzky**  
Präsident der Österreichischen Schmerzgesellschaft



## Wann zur Ärztin oder zum Arzt BEI KOPFSCHMERZEN

- ▶ Wenn Sie an mehr als zehn Tagen im Monat Kopfschmerzen haben,
- ▶ Sie Schmerzmittel immer häufiger (öfter als zehn Mal im Monat) oder in immer größeren Mengen einnehmen müssen,
- ▶ Sie zusätzlich zu den Kopfschmerzen einen steifen Nacken und/oder Fieber haben,
- ▶ Ihre Kopfschmerzen stärker werden, häufiger auftreten oder sich die Schmerzart ändert (z. B. von pochend-pulsierend zu dumpf-drückend),
- ▶ Ihr Kopfschmerz im Zusammenhang mit Kurzatmigkeit oder Fieber auftritt und/oder mit Krankheitszeichen, die Augen, Ohren, Nase oder Hals betreffen,
- ▶ Ihr Kopfschmerz von starker Übelkeit begleitet wird,
- ▶ Ihre Kopfschmerzen gemeinsam mit Sehstörungen auftreten,
- ▶ die Ursache Ihres Kopfschmerzes eine Kopfverletzung ist.



## **CHRONISCHE SCHMERZEN: Möglichst bald zur Ärztin oder zum Arzt**

Für den Behandlungserfolg ist von zentraler Bedeutung, dass nach dem Auftreten von anhaltenden Schmerzen möglichst bald eine Ärztin oder ein Arzt aufgesucht wird. Eine frühzeitige Schmerztherapie kann nicht nur vermeidbarem Leid ein Ende setzen, sondern auch der Chronifizierung von Schmerzen vorbeugen.

Österreichische Patienten suchen jedoch im Durchschnitt erst 3,4 Wochen nach dem Auftreten ihrer Schmerzen ärztlichen Rat. Verschreibt der Arzt ein Schmerzmittel, so zeigen aktuelle EU-Daten, dass die Therapie-Treue häufig zu wünschen übrig lässt: 25 % der Patienten, denen ein rezeptpflichtiges Schmerzmittel verschrieben wurde, nehmen eine zu niedrige Dosis ein. 12 % der Patienten mit schweren Schmerzen nehmen nur ein nicht verschreibungspflichtiges Schmerzmedikament, 8 % werden gar nicht behandelt. Bloß 2 % der Menschen mit chronischen Schmerzen sind bei einem Schmerzspezialisten in Behandlung.

Die Österreichische Schmerzgesellschaft wird sich also auch in Zukunft so wie bisher für eine ständige Verbesserung der schmerzmedizinischen Versorgung engagieren.



## Wann zur Ärztin oder zum Arzt BEI SCHMERZEN DES BEWEGUNGSAPPARATES

**Schmerzen am Abend:** Am Ende eines Arbeitstages haben viele Menschen Schmerzen in der Wirbelsäule, im Becken und den unteren Extremitäten. Die durch Belastung entstandenen Schmerzen verlangen eine Bestandsaufnahme des Bewegungsablaufes untertags. Belastet man zum Beispiel beim Heben von Lasten die Wirbelsäule falsch? Könnte man bei einem sitzenden Beruf nicht manchmal aufstehen und sich bewegen? Der Arzt weiß Rat.

**Warnsignal nächtlicher Schmerz:** Treten die Beschwerden zwischen 2 und 4 Uhr früh auf, liegt meist ein entzündliches Geschehen vor. Nächtliche Kreuzschmerzen sind als Warnsignal anzusehen und müssen ärztlich abgeklärt werden.

**Warnsignal Morgensteifigkeit:** Eine leichte Steifigkeit am Morgen, die sich nach einigen Minuten wieder legt, ist harmlos. Bleibt die Morgensteifigkeit jedoch über eine Stunde bestehen und kann das Frühstück nur mit Mühe eingenommen werden, kann das ein Hinweis auf eine entzündliche rheumatische Erkrankung sein und sollte näher abgeklärt werden.

Mit freundlicher Unterstützung von



**Medieninhaber und Herausgeber:**

Österreichische Schmerzgesellschaft; 1090 Wien, Liechtenstein-  
straße 46A/1/1/9; Tel.: 01-319 43 78; E-Mail: [office@oesg.at](mailto:office@oesg.at);  
[www.oesg.at](http://www.oesg.at)