

Sehr geehrte Damen und Herren!



Anna Rauchenberger

Schmerzen sind kein unabänderliches Schicksal. Sie können durch eine breite Palette unterschiedlicher Behandlungsmöglichkeiten gelindert werden.

Diese wichtige Botschaft soll möglichst viele erreichen, vor allem jene 1,8 Millionen Menschen in Österreich, die unter chronischen Schmerzen leiden. Darum organisieren wir heuer bereits zum 19. Mal die Österreichischen Schmerzwochen. Wir, die Österreichische Schmerzgesellschaft (ÖSG), möchten die neuesten Erkenntnisse der schmerzmedizinischen Forschung bekannter machen und über die bestehenden Therapieangebote in Österreich informieren. Nicht zuletzt richten wir uns mit dieser Initiative auch an alle, die für die medizinische Versorgung verantwortlich sind. Sie sind gefordert, die nötigen Angebote für Schmerzpatientinnen und Schmerzpatienten zu verbessern.

Besonders wichtig ist es uns, im Rahmen der diesjährigen Schmerzwochen den hohen Stellenwert körperlicher Bewegung in der Vorbeugung von Schmerzen sowie der Behandlung chronischer Schmerzen zu betonen. Von wesentlicher Bedeutung ist hier die individuelle Bereitschaft zur körperlichen Aktivität. Um die Motivation zu erhöhen, sollten die entsprechenden Sport- und Bewegungsangebote für Menschen jeden Alters verbessert werden. Daher ist es unser erklärtes Ziel, im Rahmen der Schmerzwochen sowohl den einzelnen Menschen als auch den zuständigen Gesundheitsinstitutionen aktuelle und zeitgemäße Inputs für die Verbesserung der Schmerzprävention und der Schmerzbehandlung zu geben.

Mit freundlichen Grüßen

Prim. Priv.-Doz. Dr. Nenad Mitrovic
Präsident der Österreichischen Schmerzgesellschaft

VIELE OPTIONEN FÜR KOMPETENTE SCHMERZBEHANDLUNG

Eines können wir trotz aller Fortschritte in der Schmerzmedizin leider nicht: Ihnen völlige Schmerzfreiheit versprechen. Eine merkliche Schmerzlinderung ist bei den meisten Patientinnen und Patienten mit chronischen Schmerzen möglich und verbessert die Lebensqualität wesentlich. Wirksame Methoden gibt es viele: Zum Beispiel nicht-medikamentöse Verfahren wie Physikalische Medizin, Akupunktur, Neuraltherapie, Entspannungstechniken oder Psychotherapie; eine breite Palette von Medikamenten mit unterschiedlichen Wirkungsweisen, darunter Nicht-Opioid-Schmerzmittel, nichtsteroidale Antirheumatika, Opioide als Tabletten oder Pflaster, neuartige Mittel gegen Durchbruchschmerzen, krampflösende Medikamente oder spezielle Pflaster gegen neuropathische Schmerzen (Nervenschmerzen), Cannabinoide, Antidepressiva, Migräne-Medikamente etc.; oder moderne Opioid-Pumpen, Verfahren der Rückenmark- oder Nervenstimulation sowie wirksame operative Eingriffe.

Das Entscheidende ist, die für Ihre individuelle Situation geeigneten Behandlungsmethoden so einzusetzen, dass Sie bestmöglich davon profitieren – je früher, desto besser. Gehen Sie bei anhaltenden Schmerzen möglichst bald zu einem schmerzmedizinisch erfahrenen Arzt. Befolgen Sie die Therapie-Empfehlungen und gehen Sie regelmäßig zur Kontrolle. Eines gilt: Je weniger die Schmerzen „chronifizieren“, sich also unabhängig vom ursprünglichen Auslöser verselbstständigen, desto erfolgversprechender ist eine individuelle Behandlung!

Die Schmerzmedizin hat sich dem Ziel verpflichtet, die Behandlungsmöglichkeiten weiter zu optimieren. Etwas gegen Schmerzen zu unternehmen, und das in aller Konsequenz, liegt aber auch in Ihrer Eigenverantwortung. Unterm Strich lässt sich sagen: Der Kampf gegen chronische Schmerzen lässt sich vielfach gewinnen. Wir brauchen allerdings verschiedene Waffen: ärztliches Können, effiziente Gesundheitsstrukturen, ganzheitliche Zugänge in der Prophylaxe – und nicht zuletzt Ihre Bereitschaft, für die eigene Gesundheit aktiv tätig zu werden.

Mit freundlicher Unterstützung von

B | BRAUN



Medtronic



Impressum:

Medieninhaber und Herausgeber: Bettschart&Kofler Kommunikationsberatung im Auftrag der Österreichischen Schmerzgesellschaft; 1090 Wien, Liechtensteinstraße 46A; Tel.: 01-319 43 78; E-Mail: office@oesg.at; Mehr Informationen für Schmerzpatienten und Interessierte finden Sie unter www.oesg.at



19. ÖSTERREICHISCHE SCHMERZWOCHEN 2020

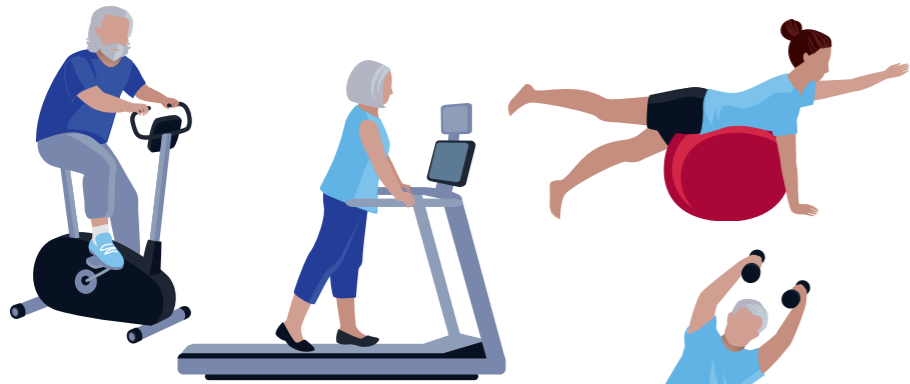
**SCHMERZEN
VORBEUGEN
SCHMERZEN
BEHANDELN**

Eine Information für Patientinnen und Patienten.

ÖSTERREICHISCHE SCHMERZGESELLSCHAFT

ÖSG

www.oesg.at



CHRONISCHE SCHMERZEN OFT VERMEIDBAR – BEWEGUNG ALS AUSGEZEICHNETES SCHMERZMITTEL

Schmerz lass nach! Hinsichtlich des zeitlichen Verlaufs werden Schmerzen in akute, subakute oder chronische eingeteilt. Die Zeitachse ist nicht der alleinige determinierende Faktor für einen chronischen Schmerz. Wichtiger noch ist der Zeitpunkt, an dem der Schmerz seine Warnfunktion verloren hat und zu einer eigenständigen Erkrankung geworden ist. Je nach Studie liegt der Anteil der chronischen Schmerzpatientinnen und -patienten in Österreich bei vier bis 20 Prozent. Dieses Schicksal kann Menschen in jedem Lebensalter treffen, so ist auch bei nicht wenigen Kindern und Jugendlichen Schmerz ein ständiger Begleiter. Bei Menschen höheren Alters gelten Schmerzen oft als unvermeidbare Folgen des Älterwerdens. Diese Schmerzen können jedoch durch konsequente Behandlung gelindert werden und die Lebensqualität kann dadurch verbessert werden.

Wir möchten den hohen Stellenwert regelmäßiger körperlicher Bewegung bei der Vermeidung und Behandlung von Schmerzen betonen. Regelmäßige Bewegung ist ein ausgezeichnetes „Schmerzmittel“: Sie spielt eine wichtige Rolle in einer umfassenden Schmerztherapie und kann Menschen davor bewahren, chronische Schmerzen zu entwickeln.



BESTMÖGLICHE SCHMERZBEHANDLUNG IHR GUTES RECHT

Die Österreichische Schmerzgesellschaft verfolgt das Ziel, dass gut informierte, mündige Schmerzpatientinnen und -patienten auf schmerzmedizinisch gut ausgebildete Ärztinnen und Ärzte treffen. Das ist die optimale Voraussetzung dafür, dass die verfügbaren Behandlungsmethoden bestmöglich eingesetzt werden. Daneben bedarf es einer klar definierten, einheitlichen und leitlinienbezogenen Vorgangsweise bei Diagnostik und Therapie.

Als optimales Modell hat sich die abgestufte Schmerzversorgung mit drei Versorgungsebenen erwiesen: Basisversorgung, spezialisierte Versorgung (zum Beispiel intramurale Schmerzzambulanzen) und hochspezialisierte Versorgung (Einrichtungen, die unter anderem sehr intensive multimodale Therapieprogramme anbieten). Jeder Ebene werden leitliniengerechte Kompetenzen, Rechte und Pflichten zugeordnet, mit dem Ziel, den Patientinnen und Patienten eine zeitgerechte optimale Diagnostik und Therapie zu ermöglichen. Auf jeder Versorgungsebene können in Österreich Verbesserungen

eingeführt werden. Der Sinn der Basisversorgung ist neben der Diagnosestellung und Einleitung der Therapie ein Screening auf schwerwiegende Ursache des Schmerzes. Wenn innerhalb von einigen Wochen keine wesentliche Besserung der Schmerzen erreicht werden kann, sollen Patienten auf die Etage „Spezialisierte Versorgung“ verwiesen werden. Bei fehlender Besserung sollen Patienten schleunigst in die multimodalen Therapieprogramme der dritten Etage eingegliedert werden. Die abgestufte Schmerzversorgung funktioniert leider in der Praxis nicht zufriedenstellend. Eine gute Vernetzung ist hier enorm wichtig, da eine Verzögerung zwischen den Etagen das Risiko für den chronischen Schmerz wesentlich erhöht. Die Kapazitäten der spezialisierten und hochspezialisierten Einrichtungen für die Behandlung von chronischen Schmerzpatienten sind leider in Österreich sehr begrenzt, dies führt zu längeren Wartezeiten und Verzögerungen in der Versorgung. Insgesamt gibt es viel zu wenige Strukturen, die sehr intensive und erfolgsversprechende Therapieprogramme anbieten.



Mögliche Verbesserungen in der Versorgung wären zum Beispiel: mehr ambulante und stationäre Schmerzzentren, mehr strukturiert ausgebildete Schmerztherapeuten, die Ausweitung von multimodalen Therapieansätzen sowie eine bessere Vernetzung von niedergelassenen Schmerztherapeuten.

Das Patientenrecht auf bestmögliche Schmerzbehandlung ist seit Jahren in der Patientencharta gesetzlich verankert, die Etablierung einer gut funktionierenden abgestuften Schmerzversorgung in Österreich würde das Leiden von Schmerzpatienten deutlich reduzieren. Was wir brauchen – und das ist auch unser Appell an die Gesundheitspolitik und die Sozialversicherungen –, ist eine gut geplante abgestufte Versorgung, in der jede Schmerzpatientin und jeder Schmerzpatient genau auf jener Ebene behandelt und betreut wird, auf der sie oder er am besten aufgehoben ist.