



Institut für Schmerzmedizin
Bücher / Publikationen
Wiesbaden
Priv.-Doz. Dr. med. habil. K. U. Kern

Autoren-Vita

Kai-Uwe Kern, geboren 1957 in Ingelheim, arbeitet seit 25 Jahren als niedergelassener Schmerztherapeut in Wiesbaden. Er ist Facharzt für Anästhesiologie und lehrt als habilitierter Hochschullehrer an der Johannes-Gutenberg-Universität Mainz. Er ist ferner Autor populärwissenschaftlicher Bücher, klinischer Wissenschaftler und national gefragter Redner, wie auch Berater für Firmen und Institutionen im Bereich der Schmerzmedizin. Neben der Veröffentlichung vieler Publikationen und Sachbuch-Kapitel ist er Autor des einzigen populärwissenschaftlichen Sachbuches zu menschlichen Phantomwahrnehmungen (*„Mit einem Bein bereits im Himmel“*).

Mit dem Lyrik-Band *„Heimweh nach Glück“* möchte er allen Menschen mit dauerhaften Schmerzen Mut machen und deren Umgebung einen Einblick in ihre Gefühlswelt ermöglichen.

Weitere Informationen: mail@kai-uwe-kern.de

Homepage: www.schmerzpraxis-wiesbaden.de, ab 1.10.25: www.kai-uwe-kern.de



Heimweh nach Glück

Blick ins Buch

Feuersbrunst

Aufsteigende Hitze
schwillt in meinem Bauch,
das Herz in Flammen.

Dumpfes Donnern einer Feuersbrunst
tobt in meinem Kopf.

Es ereilt mich die Vorahnung
von Kohle und Asche,
wenn ich erkenne, dass ich ab jetzt
mit meinen Schmerzen weiterleben muss.

Vermissten

Mit verschwommenem Blick,
mit vernebelten Gedanken,
mit Tränen auf der Wange,
mit dem Wunsch, ganz alleine zu sein,

erkenne ich,
ich vermisse Dich.

Mein schmerzfreies Ich.

Nacht - Ruhe

Müde,
wie der Tag mich verlässt,
fühle ich das Brennen meiner Augen
und das Verblassen des Schmerzes.

Den Kampf gegen den Schlaf verloren,
sinke ich in die Tiefe der Nacht
und fühle,

dort ist alles gut.

Veränderung

Willst Du ein Bild verändern,
verändere die Farben.

Willst Du eine Melodie verändern,
verändere die Töne.

Willst Du aber Zeiten des Schmerzes verändern,
verändere die Augenblicke.

Gespräch

Gesprochen.
Miteinander.
Ganz ruhig und ehrlich.

Über Schmerzen.
über Einsamkeit,
über Wut.

Als hätte man seinen Durst gestillt.
Wohltuend.

Schatzsuche

Herabgestiegen,
in die Grotte meiner Seele.
Gestolpert, gefallen, verletzt.

Verirrt in den vielen dunklen Gängen
meines schmerzenden Ichs.

Irrwege gegangen,
Irrwege verlassen,
Alleine, oft voller Angst.

Aber jetzt, da ich fast unten ankam,
sehe ich wie einen Edelstein in einem feinen Lichtstrahl
meinen eigenen Willen vor mir liegen.

Vorsätze

Der Zeit Zeit geben,
den Schmerz schmerzen lassen.

Der Angst die Angst nehmen,
in Ruhe Ruhe spüren.

Mich mir selbst wiedergeben.

Das Schwere nicht schwerer machen
als es sowieso schon ist.

Zurück

Zurück.
Zurückkommen.
Zurückkommen zu mir.
Zurück zu mir.
Zu mir kommen.
Zu mir.
Zurück.



PRESSEMITTEILUNG – Juli 2025

„*Heimweh nach Glück*“ – Lyrische Texte für Menschen mit Schmerzen in Körper und Seele

Neuerscheinung: einzigartiger Gedichtband von Schmerzmediziner PD Dr. med. Kai-Uwe Kern

Der erste deutschsprachige Lyrikband für Menschen mit chronischem Schmerz „*Heimweh nach Glück*“ ist am 14. Juli 2025 im Self-Publishing erschienen.

Autor ist Kai-Uwe Kern, bundesweit renommierter Schmerzmediziner aus Wiesbaden, Hochschullehrer der Johannes-Gutenberg-Universität Mainz und national gefragter Referent wie Firmen-Berater. Kern schöpft aus 25 Jahren Praxis als Schmerztherapeut und intensiven Patientengesprächen.

Das Buch richtet sich an 15 Millionen Schmerzpatienten (65% davon Frauen) in Deutschland und deren Umfeld. Die Texte thematisieren Schmerzen, Verzweiflung, Trost, Achtsamkeit, Hoffnung und Lebenswille. Jedes Gedicht will verstehen, begleiten, beruhigen und etwas Glück zurückbringen. Der Lyrikband vereint ärztliche Expertise mit literarischer Tiefe. Die Sprache ist ausdrucksstark, einfühlsam und berührend – ein Geschenk für Betroffene.

Das Buch umfasst 125 lyrische Texte auf 256 Seiten im kompakten Taschenbuchformat. Es erscheint bei BoD (Books on Demand) unter ISBN 978-3-8192-5723-0. Printpreis: 15,00 €, E-Book: 6,99 €. Bestellbar im Buchhandel und online.

PRESSEKONTAKT

Kontakt und Rezensionsexemplare: mail@kai-uwe-kern.de

Homepage: www.schmerzpraxis-wiesbaden.de, ab 01.10.25: www.kai-uwe-kern.de

Stimmen zum Buch

Lyrik zum Schmerz im Kontext von Liebe und Trauer gibt es viel. Erstmals aber schenkt uns Kai-Uwe Kern mit diesem Band lyrische Gedanken aus dem Leben chronischer Schmerzpatienten. In einfachen und klaren Worten werden damit verbundene Herausforderungen, Erkenntnisse, Gefühle und Ambivalenzen auch für Nicht-Betroffene spür- und erlebbar.

Prof. Dr. Frank Petzke

Präsident der Deutschen Schmerzgesellschaft

Berührend, verstehend, empathisch. Wenn ein erfahrener Schmerztherapeut solch lyrische Worte zu Papier bringt, entsteht etwas Besonderes. Ein wertvoller Schatz zum Verständnis für Menschen mit Schmerzen und ein eindrucksvoller Beleg der Erkenntnis, dass Körper und Seele zwar unterschiedlich genannt, aber eins sind.

Dr. Dipl.-Psych. Paul Nilges

Deutsche Gesellschaft für Psychologische Schmerztherapie und -forschung

Diese einfühlsamen und ausdrucksstarken Texte aus berufener Feder sprechen Menschen mit Schmerzen aus der Seele und sind für diese und deren Umfeld ein längst überfälliges Geschenk.

Prof. Dr. Joachim Erlenwein

Ärztlicher Direktor Schmerz-Zentrum Mainz

