



4. Aalener Schmerztag

 Verantwortung
für das Leben

Ostalb-Klinikum
Aalen

Akademisches Lehrkrankenhaus
der Universität Ulm
Klinikum der Zentralversorgung

Multimodale Behandlung in der psychosomatischen Schmerztherapie



Dr. med. Martin von Wachter
Klinik für Psychosomatik und
Psychotherapeutische Medizin

Differentialdiagnostik

bio

**Gewebeschädigung mit inadäquater Krankheitsbewältigung
z.B. somatische Fixierung, Katastrophisieren,
Ängstl. Vermeidung**

**Funktionelle Störung
z.B. unspez. Rückenschmerz
Fibromyalgie**

**Psychische Störung im engeren Sinne:
z.B. somatoforme Schmerzstörung,
PTSD, Fibromyalgie, Depression**

Nach Egle et al 1999

psychosozial

Störungsorientierte Behandlung



Gewebeschädigung

funktionelle Störung

psychische Störung

Psychoedukation

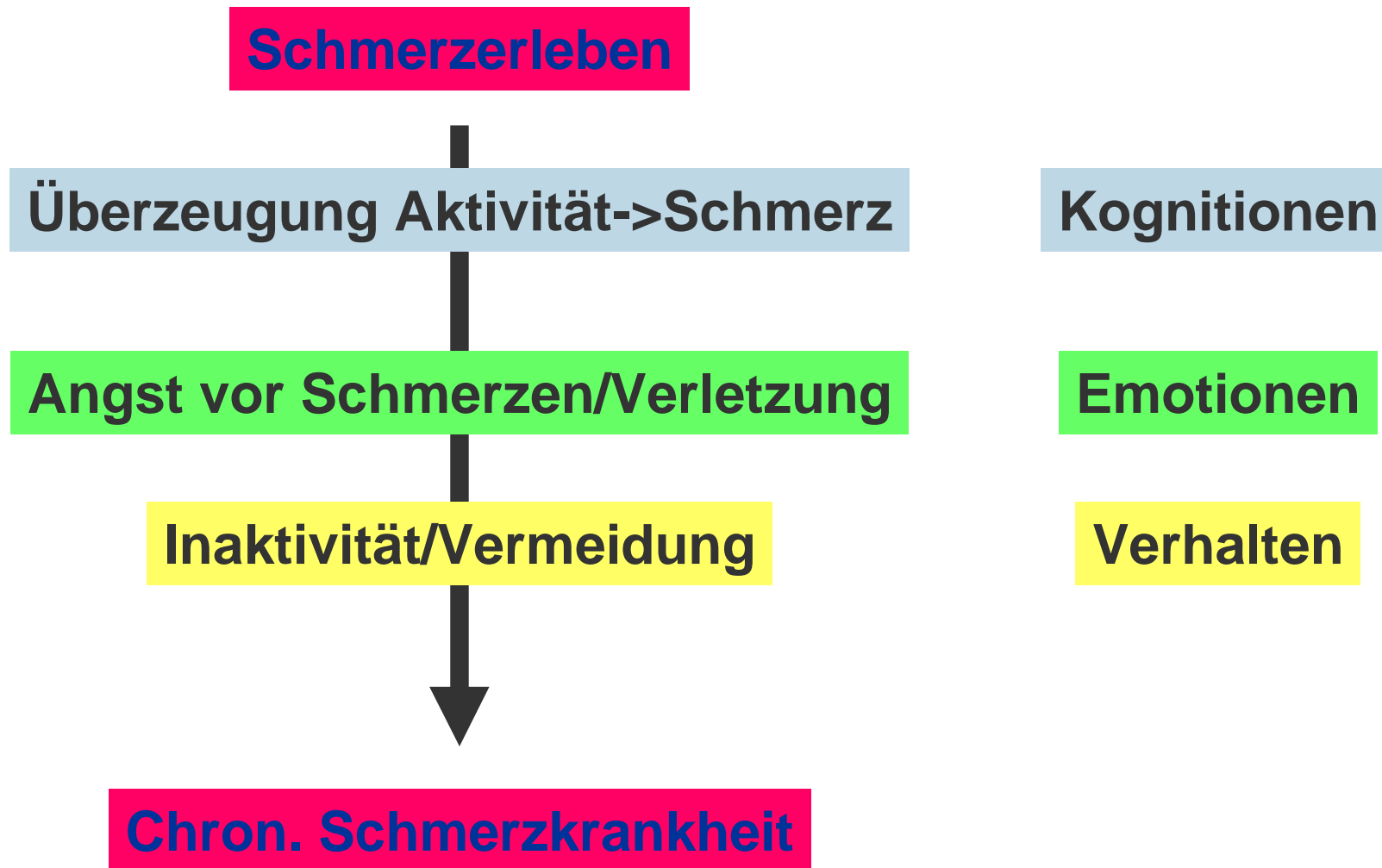
Schmerzbewältigung

Stressbewältigung

Psychotherapie

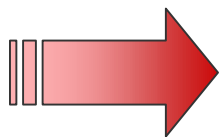
Aktivierende Bewegungstherapie

Entspannungsverfahren



Klinische Symptome assoziiert mit chronischen Schmerzen

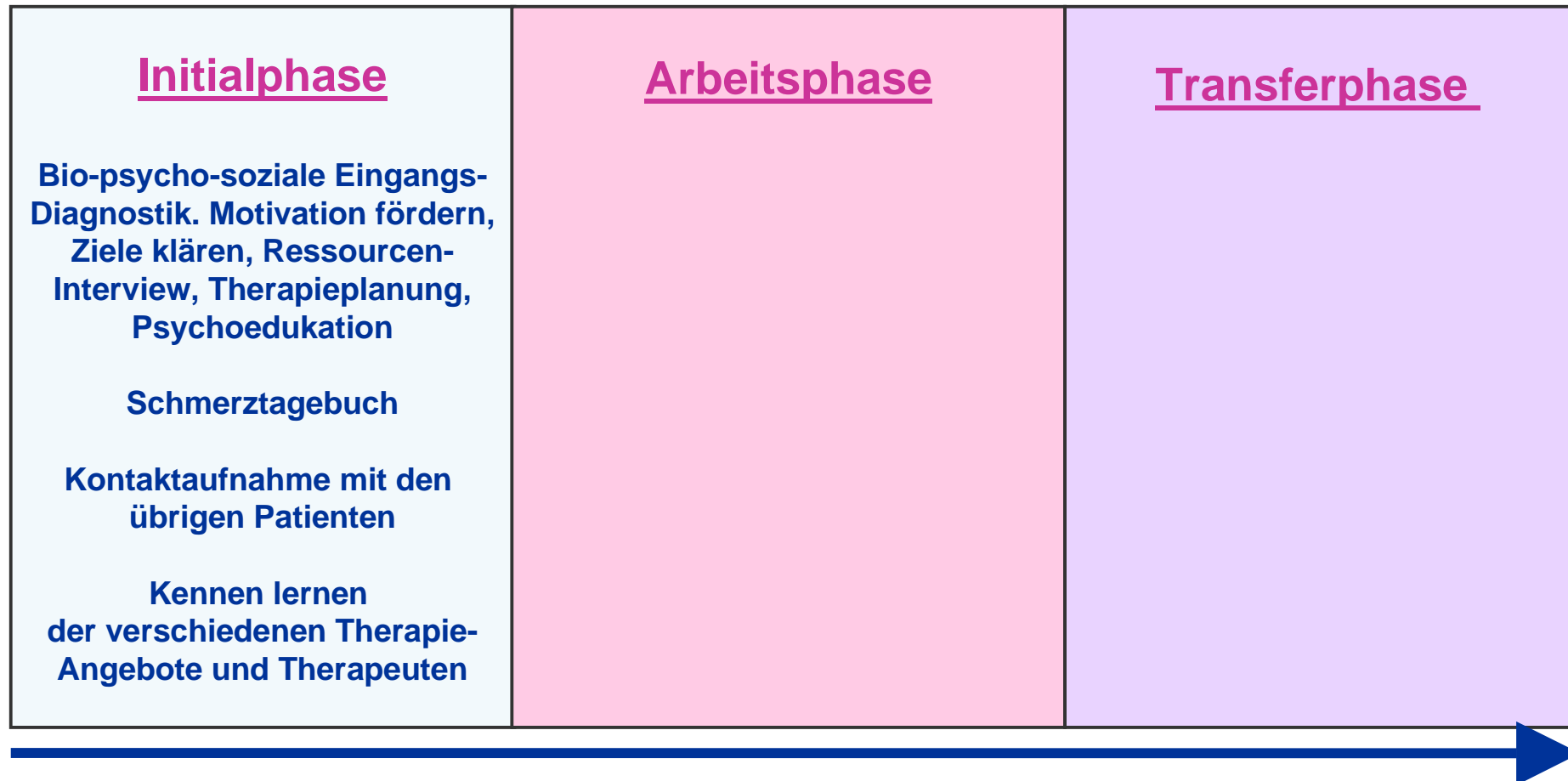
- Schlafstörungen
- Angststörungen
- Depressivität
- sozialer Rückzug
- verminderte Lebensqualität



mitbehandeln !



Phasenmodell der stationären/tagesklinischen Behandlung



PMR nach Jakobsen,
Qi Gong, Biofeedback

Krankengymnastik

Psychotherapie
Einzel und Gruppe

Musiktherapie,
Kunsttherapie

aktiv. Körpertherapie,
Kraniosakraltherapie,
Osteopathie

Schulung
Psychoedukation

Systemische Paar-
und Familientherapie

multimodales Therapieangebot

Patienten-Triade
Biofeedback

Ergotherapie

Med. Schmerztherapie
TENS, Akupunktur

Konsile durch Neurologie,
Neurochirurgie, UCH

Genusstraining

Mediales Schmerzsystem

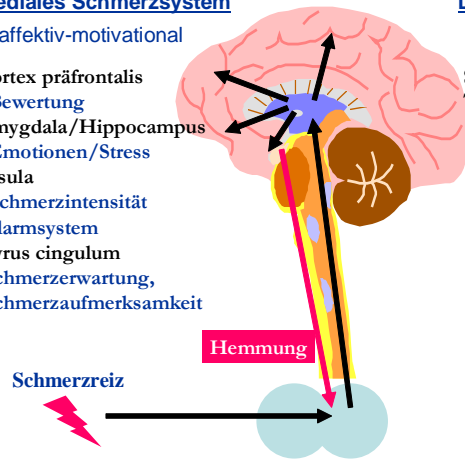
affektiv-motivational

- Cortex präfrontalis
- Bewertung
- Amygdala/Hippocampus
- Emotionen/Stress
- Insula
- Schmerzintensität
- Alarmsystem
- Gyrus cingulum
- Schmerzerwartung,
- Schmerzaufmerksamkeit

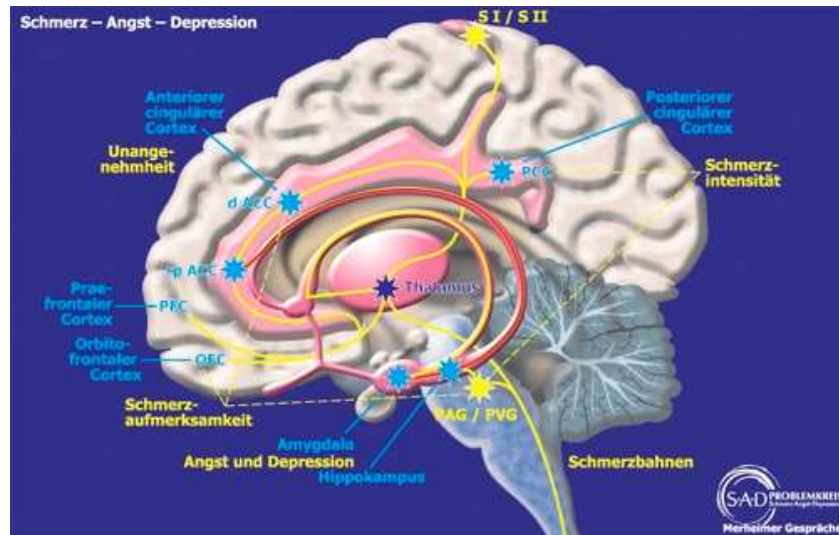
Laterales Schmerzsystem

sensorisch-diskriminativ

- Somatosensorischer Cortex
- Thalamus
- Lokalisation
- Stimmulusintensität



www.schmerzklinik-aalen.de



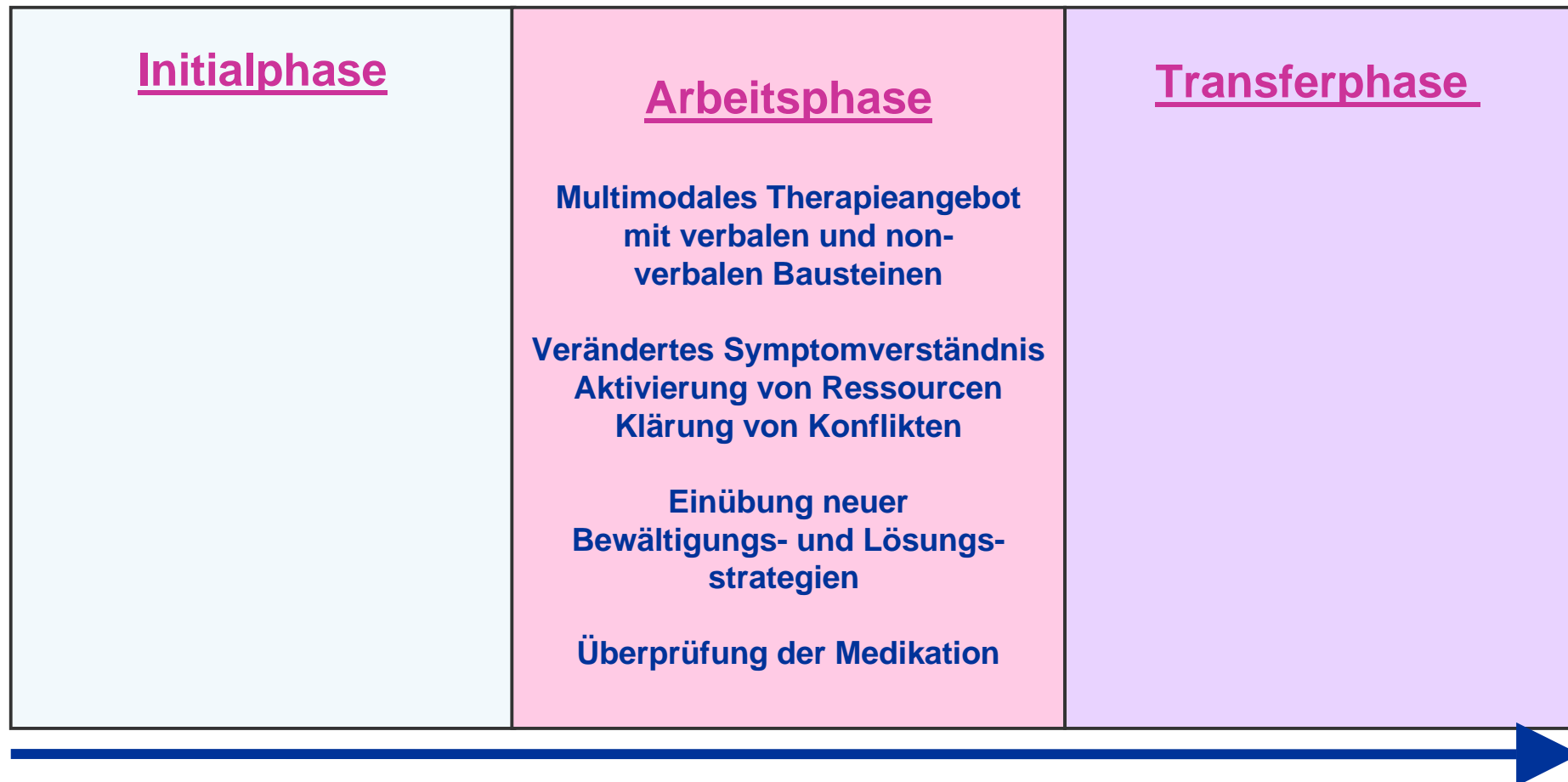
www.problemkreis-sad.de

Psychoedukation



www.auditorium-netzwerk.de

Phasenmodell der stationären/tagesklinischen Behandlung



Schmerzbewältigung

- Was wirkt sich lindert auf den Schmerz aus?
- Was lenkt vom Schmerz ab?
- Was bewirkt Entspannung
- Was können Sie genießen trotz der Beschwerden?

- Was tun sie in welcher Reihenfolge bei leichtem und bei schwerem Schmerz?

Schmerzbewältigung

- Entspannung (PME, AT, Atemübungen, Qi Gong, CD)
- Bewegungsübungen
- Physikalische Massnahmen
- Ablenkung (Aussen - innen)
- Aufmerksamkeitsfokussierung
- Imaginationsübungen
- Achtsamkeitsübungen
- Gedankenstopübung



Verhalten : Balance

Streß



Erholung

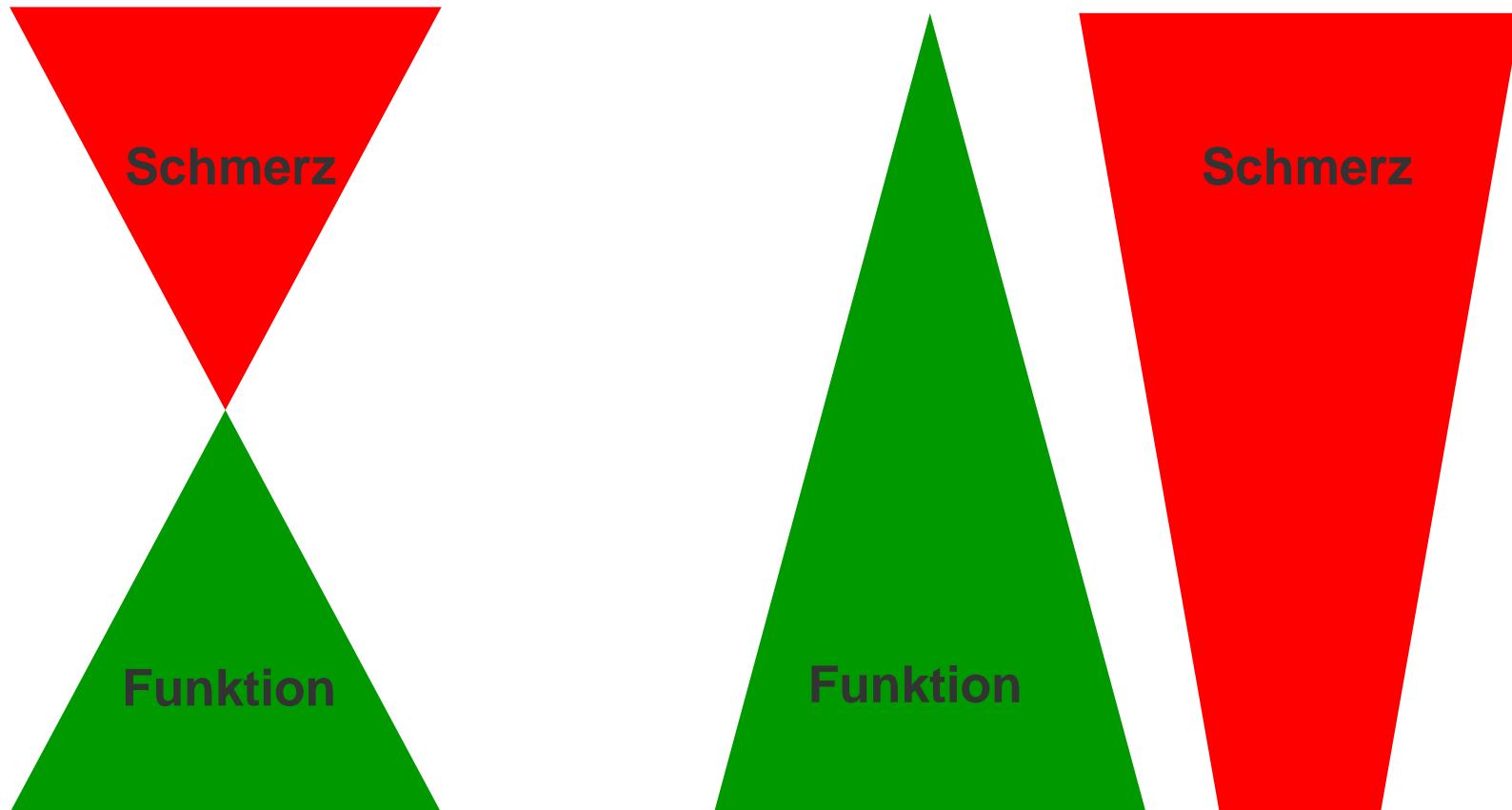
- erreichbare Ansprüche
- leistbare Aufgabenfülle
- regelm. Aufgaben (Zeit)
- regelm. Tagesabläufe

- Walking
- Entspannung
- Pausen
- Genuss

eigene und erlernte Normen reflektieren

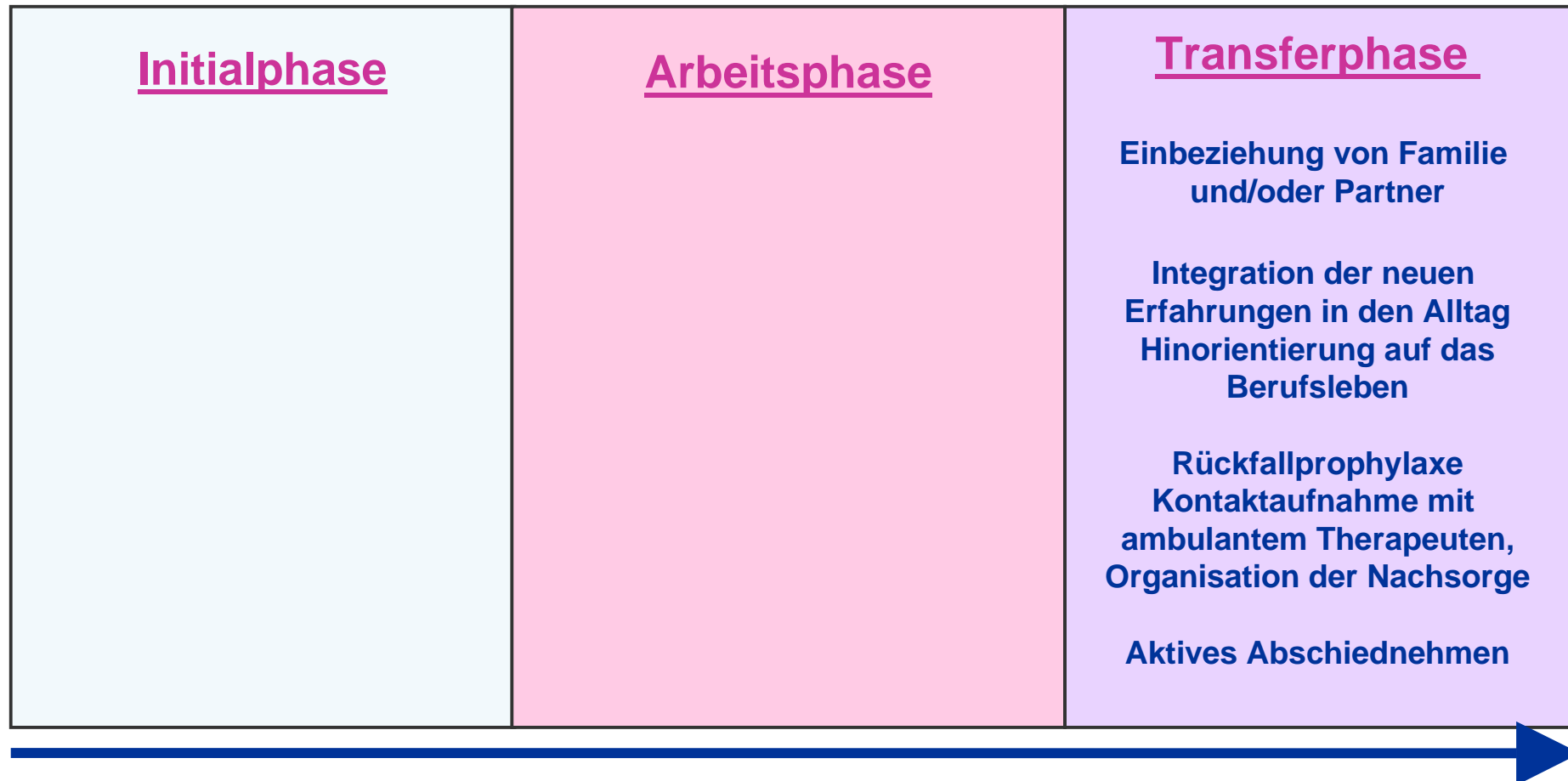
Umkehrung des Zielfokus

bei unspezifischem Rückenschmerz

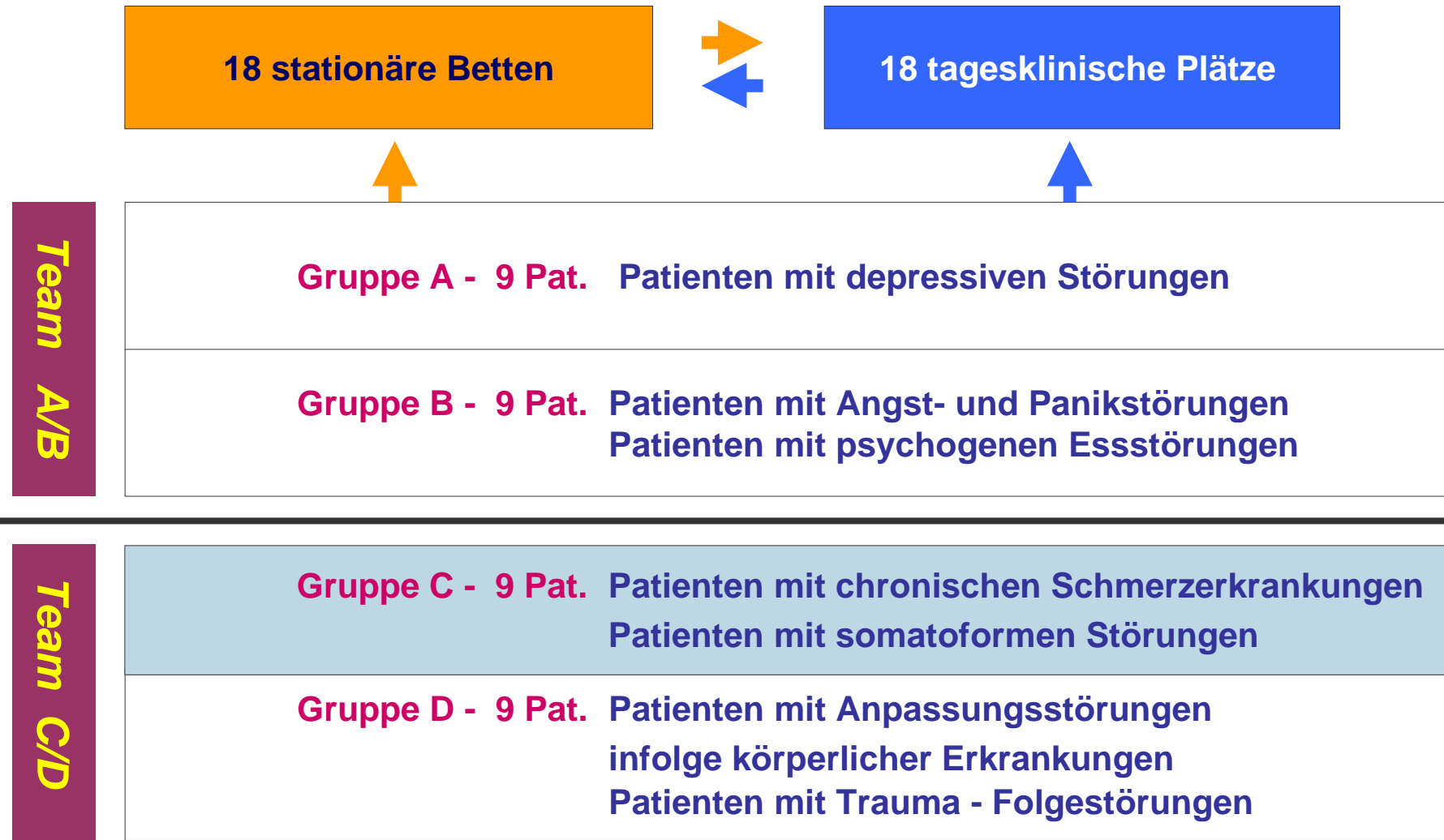


Aktivität reduziert Schmerz

Phasenmodell der stationären/tagesklinischen Behandlung



störungsspezifische Behandlungskorridore in der integrierten Psychosomatik





Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit !

**Vorträge und weitere Infos
www.psychosomatik-aalen.de**