

## **Chronischer Rückenschmerz – Leiden ohne Ende?!**

### **Neue Therapieoptionen können die Lebensqualität der Betroffenen steigern**

**Aachen, 09 Mai 2011 – Rückenschmerz im Büro und Alltag – die meisten Menschen können davon ein Lied singen. Denn sowohl bei Frauen, als auch bei Männern aller Altersgruppen sind Rückenschmerzen die häufigste Schmerzform. Gründe dafür gibt es viele: das stundenlange und bewegungsarme Sitzen vor dem Computer, das falsche Aufheben und Tragen von Gegenständen und der mangelnde Ausgleich durch Bewegung. Mit gezielter Rückengymnastik oder Physiotherapie lässt sich häufig schon etwas gegen die Schmerzen tun, was aber ist, wenn der Schmerz nicht mehr vergeht, sondern zum alltäglichen Begleiter wird, das heißt: chronisch wird?**

Schmerzen des Bewegungsapparates und insbesondere Rückenschmerzen gehören zu den häufigsten chronischen Schmerzsyndromen. Bis zu 80 Prozent der Bevölkerung leiden mindestens einmal in ihrem Leben an den Schmerzen im Kreuz. 40 bis 50 Prozent haben öfter oder immer Rückenschmerzen, wobei Frauen häufiger betroffen sind als Männer. <sup>1</sup>

Die Ursachen für Rückenschmerzen sind vielfältig: mal sind es Muskelverspannungen, z. B. durch einseitige Körperhaltung, mal ein Bandscheibenvorfall oder eine Nervenentzündung. Auch Virusinfektionen können Schuld an starken Rückenschmerzen sein. Etwa zwei Drittel aller Patienten leiden allerdings an unspezifischen Schmerzen, deren Ursache sich trotz modernster Diagnosetechniken nicht eindeutig feststellen lässt.

### **Problem gemischter Schmerz**

Rückenschmerzen beeinträchtigen das Leben der Betroffenen erheblich. Viele Patienten haben bereits eine Odyssee an Arztbesuchen hinter sich, bevor Ihnen angemessen geholfen wird. Das größte Problem: Beim Rückenschmerz liegt zumeist nicht nur eine, sondern mehrere Schmerzformen vor – sowohl ein Gewebe-, als auch ein Nervenschmerz. In der medizinischen Fachsprache wird dies als „gemischter Schmerz“ bezeichnet.

Gemischter Schmerz ist nicht immer einfach zu diagnostizieren. Vielfach wird nur eine Komponente identifiziert und die Therapie konzentriert sich dann auch nur auf diesen einen Aspekt. Dies führt häufig zu einer unzureichenden Linderung der Schmerzen.

---

<sup>1</sup> Hrsg. Bundesministerium für Bildung und Gesundheit, "Chronischer Schmerz", 2001

## **Moderne Schmerztherapie**

Der Therapieerfolg der modernen Schmerztherapie basiert auf drei Säulen: auf einer ausreichenden Schmerzlinderung, einer guten Verträglichkeit der eingenommenen Medikamente und der Verbesserung der Lebensqualität.

Neue Therapieoptionen, wie z. B. der Einsatz von nasalen Opioiden oder eines Präparates der Wirkstoffklasse MOR-NRI können Ärzten dabei helfen, gezielter gerade gegen chronische Rückenschmerzen vorzugehen. Neue Wirkmechanismen, die sowohl bei Gewebe-, als auch Nervenschmerzen sowie bei einer Kombination aus beiden Schmerzarten eingesetzt werden können, versprechen Besserung. Die Möglichkeit, unterschiedliche Schmerzauslöser mit nur einem Medikament zu behandeln, könnte eine Optimierung der Schmerztherapie bedeuten.

Trotz aller Fortschritte in der medikamentösen Therapie kann eine vollständige Schmerzfreiheit bei chronischen Schmerzen nur selten erreicht werden. Daher werden oft zusätzliche Methoden, wie psychotherapeutische Verfahren (z. B. kognitive Verhaltenstherapie), verschiedene Entspannungstechniken oder gezielte Physiotherapie eingesetzt. Man spricht hierbei von einer multimodalen Schmerztherapie.

## **Über CHANGE PAIN**

Die internationale Initiative CHANGE PAIN hat es sich zur Aufgabe gemacht, die bisherige Schmerztherapie zu optimieren und die Aufmerksamkeit auf die Bedürfnisse von Schmerzpatienten zu lenken. Hierfür möchte CHANGE PAIN alle Betroffenen und Beteiligten zusammenführen und gemeinsam mit ihnen Defizite ermitteln und Lösungen anbieten.

Die Initiative lebt davon, dass Schmerzpatienten und Ärzte sich aktiv einbringen. Sie können mittels CHANGE PAIN eine moderne Schmerztherapie mitgestalten und somit die Versorgung von Schmerzpatienten in Deutschland verbessern. Weitere Informationen unter [www.change-pain.de](http://www.change-pain.de).

### **Kontakt:**

#### **Grünenthal GmbH**

Christina Obertanner  
Leitung Öffentlichkeitsarbeit  
Tel.: 0241 569-3081  
Fax: 0241 569-1511  
[christina.obertanner@grunenthal.com](mailto:christina.obertanner@grunenthal.com)

#### **Medical Consulting Group**

Wiebke Sowen  
Consultant  
Tel.: 0211 516045-178  
Fax: 0211 516045-179  
[wiebke.sowen@medical-consulting.de](mailto:wiebke.sowen@medical-consulting.de)