

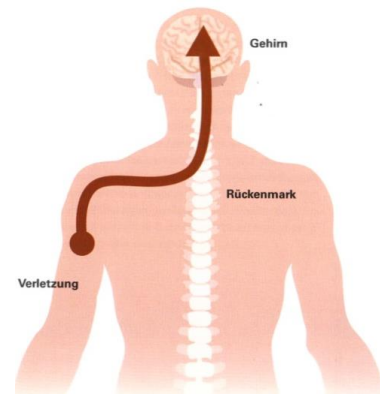
PRESSEMITTEILUNG

Nerven vergessen nicht **Das Phänomen des „Schmerzgedächtnis“**

Aachen, 15. Mai 2012 - Schmerz ist ein wichtiges Warnsignal. Er warnt uns vor äußeren Reizen und zeigt uns, wann wir eine Pause brauchen. Schmerz kann sich aber auch verselbstständigen und zu einem dauerhaften Problem entwickeln, d.h. chronisch werden. Bei diesem Vorgang nimmt das Gehirn eine Schlüsselrolle ein, denn es lernt schnell, wenn starke Schmerzen nicht frühzeitig bekämpft werden. Ein sogenanntes Schmerzgedächtnis entsteht.

Ausbildung des Schmerzgedächtnisses

Andauernder Schmerz kann dazu führen, dass die Nervenzellen, die den Schmerz weiterleiten, überempfindlich werden und schon auf schwache Signale reagieren. Obwohl der Reiz an sich harmlos war, wird dem Gehirn ein Schmerzreiz gemeldet und veranlasst daraufhin eine Schmerzreaktion. Zudem reagiert das körpereigene schmerzhemmende System nicht mehr angemessen. In extremen Fällen kann schon eine ganz normale, leichte Berührung Schmerzen auslösen. Immer wiederkehrende Schmerzreize können die Übertragung von Impulsen zwischen den Nervenzellen ähnlich verändern, wie dies z. B. auch beim Lernen und bei der Gedächtnisbildung der Fall ist. Ebenso wie beim Üben einer Aufgabe wird ein Reiz wiederholt, was mit der Zeit zu einer schnellen und genauen Reizantwort führt.



Anhaltender Schmerz

„Haben sich Schmerzen dauerhaft ins Leben eingenistet, bedeutet dies extremen Stress für Körper und Seele. Neben Verspannungen und zu hohem Blutdruck können auch Schlafprobleme die Folge sein“, so Privatdozent Dr. med. Thomas Meuser. Die Betroffenen leben in einer ständigen Angst vor dem Schmerz. „Genau dieser Angst muss in einer Schmerztherapie entgegen gewirkt werden. Der Patient muss sich bewusst machen, dass sein Schmerz etwas „Erlerntes“ ist, das man auch wieder „verlernen“ kann“, erklärt Dr. Meuser. Aus diesem Grund ist es extrem wichtig, dass Arzt und Patient eng zusammen arbeiten. Die Betroffenen müssen aktiv mitarbeiten und trotz der Schmerzen oder der Angst vor Schmerzen z. B. Bewegung in das alltägliche Leben einbauen.

Frühzeitig ansetzen

Damit ein solches "Schmerzgedächtnis" gar nicht erst ausgebildet wird ist es wichtig, länger andauernde Schmerzen frühzeitig durch eine angemessene medikamentöse Therapie zu

behandeln. Wenn der Schmerz gar nicht erst die Möglichkeit hat, sich in die Nerven „einzuschreiben“ kann somit auch die Gefahr einer Chronifizierung gebannt werden.

Hintergrund Schmerzweiterleitung

Für das Empfinden von Schmerz ist unser Nervensystem im Körper zuständig. Ein schädigender Reiz (z. B. Verbrennung) wird über elektrische Impulse zum Rückenmark geleitet. Dieses gibt dann den Befehl zu reagieren, beispielsweise das Zurückziehen der Hand bei der Berührung einer heißen Fläche. Nur wenn ein Schmerzimpuls hoch genug ist, erreicht die Information das Gehirn. Dort wird sie weiter verarbeitet, mit anderen Erfahrungen abgeglichen und gespeichert. Im Zusammenspiel zwischen Rückenmark und Gehirn wird nicht nur der Schmerzreiz verarbeitet, sondern auch gleichzeitig das körpereigene schmerzhemmende System aktiviert.

Körpereigene Schmerzhemmung

Unser Körper verfügt über ein ganz eigenes System, welches die Weiterleitung von Schmerz beeinflussen, bzw. reduzieren kann. Zum einen werden schmerzhemmende Mechanismen aktiviert, zum anderen wird die Übertragung von Schmerzsignalen innerhalb des zentralen Nervensystems gebremst. Hierbei arbeiten Rückenmark und Gehirn eng zusammen. So werden beispielsweise körpereigene Botenstoffe (Endorphine und auch Noradrenalin) freigesetzt, die eine natürliche Schmerzlinderung zur Folge haben. Schafft es unser Körper nicht mehr allein, die Schmerzen zu hemmen, führt kein Weg mehr an Medikamenten vorbei. Bislang setzen die meisten Wirkstoffe zur Schmerzbehandlung nur an einer Stelle der Schmerzwahrnehmung an. Die Folge: Es mussten mehrere Medikamente kombiniert werden. Mittlerweile gibt es Substanzen, die zeitgleich an mehreren Stellen der Schmerzwahrnehmung ansetzen, wie z. B. die Wirkstoffklasse MOR-NRI. Eine weitere Therapiemöglichkeit ist z. B. auch der Einsatz von opioidhaltigen Pflastern. „Die medikamentöse Therapie ist aber immer nur eine Säule der schmerztherapeutischen Behandlung“ so Dr. Meuser. Bei einer sogenannten multimodalen Schmerztherapie werden unterschiedliche Behandlungsansätze aus verschiedenen Disziplinen der Medizin zusammen eingesetzt. Sie reichen von psychotherapeutischen Verfahren wie kognitive Verhaltenstherapie, über Physiotherapie bis hin zu diversen Entspannungstechniken sowie physikalischen Therapien und nicht zu vergessen, die aktive Mitarbeit des Patienten selbst.“

Weiter Informationen zum chronischen Schmerz erhalten Sie auf www.change-pain.de

Kontakt:

Grünenthal GmbH

Christina Obertanner

Tel.: 0241 569-3081

Fax: 0241 569-1511

christina.obertanner@grunenthal.com

Medical Consulting Group

Wiebke Sowen

Tel.: 0211 516045-178

Fax: 0211 516045-179

wiebke.sowen@medical-consulting.de