

## **Mit allen Sinnen gegen den Schmerz –**

**Aktionstag am 17. März 2012 in Hamburg**

**Aachen/Hamburg, 17. März 2012 – Wenn der Schmerz zum ständigen Begleiter wird, übernimmt er die Regie im Leben. Das belastet Körper und Psyche. Selbst kleine Dinge sind dann unmöglich: einfach mal durchschlafen, einen Spaziergang machen oder endlich wieder arbeiten zu gehen. Viele Betroffene verlieren irgendwann den Lebensmut. Um umfassend über das Thema „chronischer Schmerz“ aufzuklären und Betroffenen eine Hilfestellung zu geben, findet am *17. März 2012 im Alstertal Einkaufszentrum in Hamburg* der Aktionstag „Mit allen Sinnen gegen den Schmerz“ statt.**

Chronischer Schmerz ist eine eigenständige Erkrankung, von der hierzulande etwa 13 Millionen Menschen betroffen sind (Pain in Europe, Survey, NFO World Group, Oktober 2002-Juni 2003). In den meisten Fällen hat der Schmerz seine Funktion als kurzzeitiges Warnsignal verloren und ist für die Betroffenen zum ständigen Begleiter geworden.

Menschen mit chronischen Schmerzen leiden oft jahrelang, bis sie einen Arzt finden, der ihre Erkrankung überhaupt erkennt und dann richtig therapiert. Umso wichtiger ist es, dass Patienten ausreichend Informationen und Hilfestellungen bekommen, um ihrem Schmerz besser begegnen zu können.

### **Deutschlandweite Informations-Tour jetzt in Hamburg**

So schwer das Leben mit chronischen Schmerzen auch ist: Die beste Schmerztherapie hilft nichts, wenn der Patient selbst nicht aktiv wird. Deshalb geht die Initiative CHANGE PAIN nun auf Tour, um die Patienten zu motivieren, sich aktiv mit ihrem Schmerz auseinander zu setzen. Zusammen mit den Kooperationspartnern Deutsche Schmerzliga e.V., der DAK Gesundheit, Springer Medizin, der Deutschen Seniorenliga e.V. und dem Zentralverband der Krankengymnasten und Physiotherapeuten (ZVK) e.V. lädt die CHANGE-PAIN-Initiative am

**17. März 2012, von 10.00 Uhr – 20.00 Uhr**

**ins Alstertal-Einkaufszentrum, (Aktionsfläche im Erdgeschoss)**

**Heegbarg 31, 22391 Hamburg**

Betroffene, Angehörige und Interessierte zum Mitmachen bei zahlreichen Aktionen ein. Kurzvorträge und Interviews liefern Informationen über die Erkrankung und deren Behandlungsmöglichkeiten. Betroffene können miteinander ins Gespräch kommen und sich austau-

schen. Gesprächsmöglichkeiten mit Schmerzspezialisten und Physiotherapeuten, die Übungen für zu Hause zeigen, runden das Programm ab.

### **Hintergrund: Mit allen Sinnen gegen den Schmerz**

Schmerzen belasten nicht nur den Körper sondern auch die Seele. Aus diesem Grund ist es wichtig, dass sich Schmerzpatienten nicht allein gelassen fühlen und multimodal betreut werden. Dies kann nur gelingen, wenn die betroffenen Patienten, Selbsthilfeorganisationen und Verbände sowie Krankenkassen und Ärzte zusammenarbeiten und sich aktiv austauschen – genau dies geschieht während der CHANGE PAIN Tour. Gemäß dem Motto „Mit allen Sinnen gegen den Schmerz“ können Betroffene auf der CHANGE PAIN Tour aber auch ihr ganz persönliches „Geheimrezept“ gegen den Schmerz mit anderen Betroffenen teilen. Ob der Lieblingsplatz in der Natur, das „Gute-Laune“-Musikstück oder das Entspannungsbad in den eigenen vier Wänden: Ganz persönliche Tipps sollen motivieren, sich aktiv mit dem eigenen Schmerz auseinanderzusetzen und ihn somit ein bisschen leichter zu ertragen.

Weitere Informationen erhalten Sie auf [www.change-pain.de](http://www.change-pain.de)

### **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 von Grünenthal initiierte Kampagne CHANGE PAIN wird in Europa von der EFIC (der Dachorganisation der europäischen Schmerzgesellschaften) und in Deutschland von der DGS (Deutsche Gesellschaft für Schmerztherapie e. V.) unterstützt. Zudem wird die Initiative durch eine Gruppe internationaler Schmerzexperten wissenschaftlich gefördert. Den Vorsitz der Initiative führen Dr. med. Gerhard H. Müller-Schwefe, Präsident der Deutschen Gesellschaft für Schmerztherapie und Professor Dr. med. Giustino Varrassi, Präsident der EFIC. 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  
Tel.: 0241 569-3081  
Fax: 0241 569-1511  
[christina.obertanner@grunenthal.com](mailto:christina.obertanner@grunenthal.com)

#### **MCG Medical Consulting Group**

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