

Gebäude II
Stainhartstr. 7
82362 Weilheim i.OB

Ihr Ansprechpartner:
Herr Dr. Breu
Zimmer Nr.: 117
Tel.: (0881)681-1606
Fax: (0881)681-2699
k.breu@lra-wm.de

Weilheim i. OB,
18.08.2010

Unser Aktenzeichen:
(Bitte bei Antwort angeben)
5001

Ihr Schreiben vom:

Ihr Aktenzeichen:

Öffnungszeiten:
Montag-Freitag
08:00 - 12:00 Uhr
Dienstag
14:00 - 16:00 Uhr
Donnerstag
14:00 - 18:00 Uhr
sowie nach
Vereinbarung

Telefonvermittlung:
(0881) 681-0

www.weilheim-schongau.de

Bankverbindungen:

Verein. Sparkassen
Weilheim
BLZ 703 510 30
Kto. 1032

Kreissparkasse
Schongau
BLZ 734 514 50
Kto. 356

Thema des Monats September

Schmerz, die stille Epidemie



Liebe Kolleginnen und Kollegen,

die internationale Schmerzgesellschaft definiert Schmerz als: „...ein unangenehmes Sinnes- und Gefühlerlebnis, das mit aktueller und potentieller Gewebeschädigung verknüpft ist oder mit Begriffen einer solchen Schädigung beschrieben wird“. **Schmerz ist inzwischen eine stille Epidemie.** In Deutschland leiden 12 bis 15 Millionen Menschen unter chronischen, länger andauernden oder wiederkehrenden Schmerzen. Ein Drittel dieser Patienten, etwa 5 Millionen, sind stark beeinträchtigt.

Akuter Schmerz signalisiert dem Körper, dass eine akute Gefahr besteht, beispielsweise eine Verletzung. Bei akutem Schmerz ist die Ursache daher meist eindeutig erkennbar und kann gezielt behandelt werden.

Chronischer Schmerz nimmt im Unterschied zum akuten Schmerz mit der Zeit die Form eines eigenen Krankheitsbildes an. Die Krankheitsursache ist meist nicht mehr feststellbar und nicht mehr vorhanden und damit nicht mehr behandelbar. Die Nerven senden anhaltend Schmerzimpulse an das Gehirn, obwohl kein Reiz mehr vorhanden ist. Die Nervenzellen haben eine Art Schmerzgedächtnis entwickelt. Die Zeitgrenze, ab der Schmerzen als chronisch bezeichnet werden, liegt bei drei Monaten.

Im **Verlauf psychischer Erkrankungen**, beispielsweise einer Depression, kommt es bei einigen Betroffenen zu **Schmerzempfindungen**. Die Ursache der Schmerzen liegt hier jedoch nicht im Körper, sondern ist eher auf psychische Faktoren zurückzuführen. Umgekehrt können anhaltende Schmerzen aber auch selbst eine Depression verursachen.

Über 30.000 Landkreisbürgerinnen und -bürger leiden an **Spannungskopfschmerzen**, bereits im Vorschulalter klagen annähernd 20% unserer Kinder über gelegentliche **Kopfschmerzen**, 40% der Erwachsenen geben in Umfragen an, gerade **Rückenschmerzen** zu haben. Etwa 70 bis 80 % der **Krebspatienten** haben im Verlauf ihrer Erkrankung - und nicht nur in der Spätphase- Schmerzen. Schätzungsweise 800.000 Menschen in Deutschland sind an **rheumatoider Arthritis** erkrankt, etwa 80 % leiden unter chronischen Schmerzen.

Die Ursachen chronischer Schmerzen sind vielschichtig. Deswegen ruht die Behandlung chronischer Schmerzsyndrome nicht nur auf einer Säule, etwa auf Medikamenten. Vielmehr passen Experten ihre Therapie der jeweiligen Schmerzform an. Nervenschmerzen beispielsweise werden zumeist mit anderen Medikamenten behandelt als Tumor- oder Gelenkschmerzen. Auch die wichtige, nicht medikamentöse Säule der Behandlung variiert von Schmerzart zu Schmerzart. **Eine moderne Behandlung integriert verschiedene Therapiestrategien und muss interdisziplinär erfolgen.** Neben verschiedenen Medikamenten kommen psychologische Behandlungsformen und Bewegungstherapie hinzu, ebenso weitere Maßnahmen wie Akupunktur oder die transkutane elektrische Nervenstimulation. **Wichtig ist vor allem die Eigenaktivität der Patienten, etwa in Selbsthilfegruppen.**

Schmerz ist überlebenswichtig, er signalisiert dem Körper, dass eine akute Gefahr besteht. Andererseits bestimmt chronischer Schmerz unser Fühlen, Denken und Handeln; er kann die Lebensfreude, das Lachen und die Zuversicht nehmen.

Nach Auffassung des Gesundheitsamtes ist es deshalb wichtig, Schmerzen frühzeitig angemessen zu behandeln, um einer Chronifizierung vorzubeugen.

Das Gesundheitsamt informiert deshalb in seinem Thema des Monats September unter dem Motto „**Schmerz, die stille Epidemie**“ über die **verschiedensten Schmerzarten**, deren **Ursache**, **Diagnostik**, unterschiedliche **Therapieformen**, aber auch die **Vorbeugung**.

Informationen, Flyer, Schmerztagebücher, Adressen und Vieles mehr erhalten Sie in der Wartzone des Gesundheitsamtes im I. Stock des Gebäudes II des Landratsamtes Weilheim-Schongau, Stainhartstr. 7 in Weilheim, sowie im II.Stock der Dienststelle Schongau, Schloßplatz 1 in Schongau.

Zum Besuch unserer Ausstellung während der Dienstzeiten des Landratsamtes laden wir herzlich ein.

Für weitere Auskünfte stehen wir Ihnen unter der Tel.Nr. 0881/681-1600 gerne zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen

Ihr

Dr. Karl Breu