Definition von Schmerzen

Die internationale Schmerzgesellschaft liefert für Schmerzen folgende Definition: „ ... ein unangenehmes Sinnes- und Gefühlserlebnis, das mit aktueller oder potenzieller Gewebeschädigung verknüpft ist oder mit Begriffen einer solchen Schädigung beschrieben wird.“

Einschätzung von Schmerzen

- Das persönliche Schmerzempfinden ist bei jedem Menschen individuell.
- Schmerz ist als ein unangenehmes Sinnes- und Gefühlserlebnis zu bezeichnen.
- Schmerzen sollten nicht unbedingt als negativ bewertet werden, sondern als sinnvolle Einrichtung unseres Organismus, da so z. B. Entzündungen im Körper erkannt werden.
- Nur Betroffene können ihre Schmerzen und deren Stärke fühlen.
- Das individuelle Schmerzgefühl kann anhand von Skalen oder Beobachtungen ermittelt werden.

Was können Sie als Angehörige tun?

Bei Schmerzäußerungen oder bei beobachtbaren Schmerzanzeichen informieren Sie bitte die Pflegemitarbeiter.

Unser gemeinsames Ziel sollte sein:
- Schmerzen zu vermeiden
- Schmerzen zu erkennen
- Schmerzen zu lindern

INCURA
SENIOREN - RESIDENZEN
WOHNEN - LEBEN - SICHERHEIT

Haben Sie noch Fragen?
Unsere Mitarbeiter stehen Ihnen gerne jederzeit zur Verfügung.

INCURA GmbH
www.incura.de

INCURA
SENIOREN - RESIDENZEN
WOHNEN - LEBEN - SICHERHEIT

Schmerzen

Beratungsflyer • Stand März 2019

Formen von Schmerzen

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 zu akutem Schmerz mit der Zeit die Form eines eigenen Krankheitsbildes an. Die Ursache ist meist nicht mehr feststellbar oder nicht mehr vorhanden und somit 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 schmerzhafte Empfindungen als chronische Schmerzen bezeichnet werden, liegt bei drei bis sechs Monaten.

Neuropathische Schmerzen
Nervenschmerzen entstehen dann, wenn Nervengewebe (zum Beispiel durch Erkrankungen wie Diabetes mellitus) Schaden nimmt. Je nach Ursache kann diese Schädigung das periphere (entfernt liegende) oder auch das zentrale Nervensystem (Gehirn und Rückenmark) betreffen. Ein typisches Beispiel für neuropathische Schmerzen aufgrund peripherer Nervenverletzung sind die sogenannten Phantomschmerzen.

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.

Beobachtbare Anzeichen für akute Schmerzen

Lautäußerungen können sein:
- Stöhnen
- Klagen
- Brummen

Gesichtsausdruck kann sein:
- Verzehrt und/oder gequält
- Starrer Blick
- Zähne zusammenpressen
- Augen zusammenkneifen
- Tränenfluss

Körpersprache kann sein:
- Ruhelos
- Massieren oder Berühren von Körperteilen
- Anspannen von Muskeln
- Zusammenkrümmen

Physiologische Indikatoren:
- Blutdruck/Puls
- Atmung
- Veränderung der Gesichtsfarbe
- Frieren, Schwitzen

Was kann gegen Schmerzen unternommen werden?

Pflegefachkräfte informieren den behandelnden Arzt oder Facharzt, um erforderliche Therapien anzuordnen.

Die Wirksamkeit der eingeleiteten Maßnahmen wird regelmäßig überprüft.