

Was tun bei chronischen Schmerzen?

„Keine Angst vor Medikamenten“

Die tina-Experten Dr. Thorsten Nehls und Dr. Silke Bothmann-Graeber beantworteten Ihre Fragen



Am Telefon in der tina-Redaktion: Dr. Thorsten Nehls (Mitte) und Dr. Silke Bothmann-Graeber. Links: Medizin-Redakteur Peter Karstens

Foto: Michael Müller

Chronischer Schmerz ist eine Volkskrankheit: In Deutschland leben rund elf Millionen Menschen mehr schlecht als recht damit. Die häufigsten Ursachen: Rückenprobleme, Arthrose, Rheuma-Erkrankungen, Krebs.

„Wenn nur diese Schmerzen nicht wären ...“ Ständiger starker Schmerz belastet die Seele, macht einsam. Wie erreicht man wieder mehr Lebensqualität? „Durch konsequente spezielle Schmerztherapie“, sagen die Experten der tina-Telefonaktion.

Ich habe starke Kreuzschmerzen. Aber das Ibuprofen von meinem Arzt hilft mir nicht.

Kerstin O. (55), Köln

Dr. Thorsten Nehls: Gegen Schmerzen gibt es verschiedene Mittel. Sogenannte Nicht-Opioid-Analgetika wie zum Beispiel Ibuprofen eignen sich bei akuten leichten bis mittleren Schmerzen. Aber starke Schmerzen lindern sie nicht ausreichend, und mit der Zeit können sie Organe angreifen. Bei chronischen Schmerzen haben sich starke Opioide bewährt. Sie

wirken häufig schon in geringer Dosis. Ein starkes und dabei sehr gut verträgliches Opioid ist beispielsweise die Fixkombination Oxycodon/Naloxon.

Ich habe gehört, dass starke Schmerzmittel abhängig machen. Ist das wahr?

Werner D. (78), Frechen

Dr. Nehls: Es gibt Retard-Mittel. Damit bleibt der Wirkstoffspiegel im Blut mit nur zwei Tabletten täglich gleich hoch. Abhängig wird man hauptsächlich von kurz wirksamen Mitteln, etwa Tropfen, die schnell anfluten, dann sinkt die Konzentration, mit der nächsten Gabe steigt sie wieder – dieses Auf und Ab ist nicht gut.

Wo finde ich einen guten Schmerztherapeuten?

Marianne K. (60), Dinslaken

Dr. Silke Bothmann-Graeber: Im Internet bietet die unabhängige Stiftung Gesundheit unter der Webadresse www.arzt-auskunft.de eine bequeme Ärzte-Suche an. Suchen Sie mit dem Stichwort „spezielle Schmerztherapie“.