Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 83 (2005)
Heft: 5

Artikel: Die aktuellsten Tipps gegen chronische Schmerzen
Autor: Lappe, Ivo / De Agostino, Rinaldo
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-724365

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 18.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Die aktuellsten Tipps gegen chronische Schmerzen

Chronische Schmerzen können einen zur Verzweiflung treiben. Unsere Experten geben Antworten auf die drängendsten Fragen unserer Leserinnen und Leser.

Ich bin 75-jährig und leide unter einer so genannten Post-Zoster-Neuralgie am Brustkorb links nach vor Jahren durchgemachter Gürtelrose. Diverse Medikamente und homöopathische Behandlungen haben nichts genützt. Die Schmerzen in diesem Bereich können gelegentlich durch eine vorübergehende Blockade der betroffenen Spinalnerven gebessert werden. Eine weitere Möglichkeit ist die Anwendung von medizinischem Ozon, das um die verantwortlichen Nervenbahnen herum gespritzt werden kann. Dies führt nach etwa vier bis sechs Sitzungen bei den meisten Patienten zu einer Besserung der Beschwerden. Ozon wirkt stark entzündungshemmend und regt die Mikrozirkulation an, sodass ein günstiger Behandlungsverlauf erzielt werden kann.

Als 65-jährige Frau leide ich unter Trigeminusneuralgie. Die bisherige Therapie brachte keine Besserung; auch Medikamente, sogar Opiate, brachten keine Linderung. Hier kann eine gezielte Infiltration des Nervenganglions nahe der Schädelbasis mit geeigneten Medikamenten vorübergehende Besserung erzielen. Sollte dies gelingen, kann eine entsprechende Behandlungsserie durchgeführt werden. Füllen Sie bitte den Schmerzfragebogen aus, um den behandelnden Ärzten im Schmerzzentrum genaue Informationen zu liefern. So kann eine individuelle Behandlung eingeleitet werden.

Seit vielen Jahren leide ich, eine 72-jährige Frau, an chronischen, immer wiederkehrenden Schmerzen im Lendenwirbelsäulenbereich nach Operation einer Diskushernie. Es wurden verschiedene Behandlungen durchgeführt. Es wurde nun eine Spondylarthrose diagnostiziert. Dies ist eine Abnutzungserscheinung der so genannten kleinen Wirbelgelenke; dabei stehen Rückenschmerzen im Vordergrund. Diese treten vor allem als Anlaufschmerzen, bei langem Stehen und Sitzen auf. Oft kommt es zu Ausstrahlungen in das Gesäss, die Beine oder den Kreuzbein-/Steissbeinbereich. Die Beweglichkeit des Rückens ist meist eingeschränkt. Bücken kann schmerzhaft sein. Sehr hilfreich, auch nach vielen Jahren Schmerzen, sind gezielte Infiltrationen in betroffene Gelenke unter Röntgenkontrolle. Wenn dies gut anspricht, kann eine Verödung der schmerzleitenden Nerven durchgeführt werden. Dabei wird mittels einer Sonde exakt dosierter Strom an den Nerv gebracht, und über eine Erwärmung verödet dieser. So wird die Weiterleitung der Schmerzimpulse ans Gehirn unterbrochen. Die Behandlungen werden in einer leichten Schlafnarkose, bei der die Patienten selbstständig atmen, durchgeführt. Die Patienten sind nach spätestens zwei Stunden wieder auf den Beinen und können in Begleitung nach Hause zurückkehren. Wichtig ist eine nachfolgende Krankengymnastik, die die Gelenke sanft mobilisiert. Haltungsverbessernde Massnahmen müssen vom Patienten erlernt und durchgeführt werden.

BILDER: ZVG, MARTIN GUGGISBERG

Die Experten: Dr. med Ivo Lappe (links) und Dr. med. Rinaldo De Agostino von den Sindovis-Schmerzzentren.

Ich bin ein 53-jähriger Mann und leide nach einem Unfall vor 20 Jahren unter Schulterschmerzen auf der rechten Seite. Ich wurde mehrfach operiert und leide seither unter chronischen Schmerzen. Da sollte noch einmal eine genaue Abklärung erfolgen. Schulterschmerzen können auch von benachbarten Strukturen, teilweise sogar von inneren Organen ausstrahlen. Vielleicht müssen noch einmal neue Röntgenbilder angefertigt oder eine Ultraschalluntersuchung der Schulter durchgeführt werden. Sollte sich eine Arthrose des Schultergelenkes oder eine Entzündung der Schultermuskulatur (Rotatorenmanschette) als Ursache herausstellen, empfehlen wir lokale Ozonbehandlung fürs betroffene Gelenk. Dadurch konnte bei etwa siebzig Prozent der Patienten in

HIER ERFAHREN SIE MEHR ÜBER CHRONISCHE SCHMERZEN

Die Zeitlupe und die Sindovis-Schmerzzentren in Adliswil ZH und Gümligen BE organisieren gemeinsam zwei Informationsveranstaltungen für Menschen mit chronischen Schmerzen.

Termine und Orte:

Freitag, 20. Mai 2005, 18.30–20 Uhr: Saal des römisch-katholischen Kirchgemeindehauses, Schützenmattstrasse 25, 8802 Kilchberg.

Freitag, 10. Juni 2005, 18.30–20 Uhr: Mattenhofsaal, Bahnhofstr. 4, 3073 Gümligen.

Anmeldung an Redaktion Zeitlupe, Frau Ursula Karpf, Telefon 044 283 89 13.

den Schmerzzentren Besserung, oft gar Schmerzfreiheit erzielt werden.

Ich bin 74-jährig, leide seit Jahren unter Schmerzen beim Gehen. Im Sitzen und Liegen geht es viel besser. Bei einer MRI-Untersuchung wurde ein enger Spinalkanal gefunden. Bei der Spinalkanalstenose stehen die Rückenschmerzen eher im Hintergrund. Hier tritt vor allem ein Schmerz- und Schweregefühl in den Beinen bei längerem Gehen auf. Durch Vorbeugen und Absitzen bessern sich oft die Beschwerden. Deshalb gehen die Patienten sehr oft gebeugt. Wenn nur eine Nervenwurzel betroffen ist, kommt es nach gewisser Gehstrecke zu streifenförmigen Schmerzen im Bein oder im Gesäss. Hier ist oft eine Umspülung der Nervenwurzeln mit Kortison hilfreich. Dabei wird mit einer Nadel zwischen den Wirbelkörpern unter Röntgenkontrolle das Gemisch an die Nervenwurzeln gespritzt. Wenn dies zu wenig wirkt, sollte eine Operation (Erweiterung der Engstelle) erfolgen.

Ich bin eine 80-jährige Patientin, leide seit Jahren an Rückenschmerzen mit zunehmender Verschlechterung. Es wurden diverse Therapien wie Physiotherapie, Behandlungen beim Chiropraktiker oder manuelle Therapie durchgeführt. Seit längerer Zeit nehme ich so genannte nichtsteroidale Antirheumatika ein, was meinen Magen stark belastet. Es wurden viele Röntgen- und MRI-Bilder angefertigt, die mir aber niemand genauer erläutert hat, da ich bisher keinen Spezialisten konsultiert habe. Hier ist es sinnvoll, die Problematik in Ruhe in einem persönlichen Arzt-Patienten-Gespräch zu erörtern. Wir empfehlen eine Konsultation in unserem Schmerzzentrum. Bringen Sie dazu Ihre Röntgenbilder mit. Sie werden nochmals genau untersucht, sodass sich der Arzt ein genaues Bild von Ihren Beschwerden machen und Sie optimal bezüglich möglicher Therapien beraten kann. Allenfalls werden weitere Spezialuntersuchungen veranlasst. Während dieser Konsultation besteht die Möglichkeit, die Medikamenteneinnahme zu optimieren, damit die Medikamente effektiv schmerzlindernd wirken und den Magen-Darm-Trakt nicht weiter angreifen. Sie haben nach diesem Gespräch auch genügend Bedenkzeit, ob und wann Sie die vorgeschlagenen Behandlungen durchführen lassen wollen.

BILD: MARTIN GÜGGISBERG

Das Alter hat viele Gesichter …

Daheim leben bis ins hohe Alter!

Pro Senectute bietet eine ganze Reihe von Dienstleistungen an, die es ermöglichen, dass Sie – oder Ihre Eltern – bis ins hohe Alter zu Hause bleiben können. Die Palette ist gross: Sie reicht vom Mahlzeitendienst bis zur Hilfe bei der Erledigung von Bank- und Krankenkassengeschäften. Und vom Reinigungsdienst bis zu regelmässigen Besuchen.

Möchten Sie mehr darüber wissen, was Pro Senectute Ihnen anbietet, damit Sie – wenn immer möglich – so lange in Ihrer angestammten Wohnung bleiben können, wie Sie das möchten? Die Pro-Senectute-Beratungsstellen geben Ihnen gerne Auskunft.

Auch in Ihrer Nähe gibt es eine Pro-Senectute-Beratungsstelle. Sie finden die Telefonnummer auf der eingehefteten Beilage ganz vorne in jeder Ausgabe der Zeitlupe.

Sie können aber auch Pro Senectute Schweiz anrufen. Wir sagen Ihnen gerne, an wen Sie sich wenden können: Telefon 044 283 89 89.

Daheim leben bis ins hohe Alter: ein Wunsch von vielen. Pro Senectute hilft mit, dass der Wunsch Wirklichkeit werden kann.

PRO SENECTUTE