

Vorwort

Schmerzen haben eine Warnfunktion und sind Teil unseres Lebens. Dennoch werden sie von uns Menschen als sinnlos und als Qual erlebt. Darum ist eine adäquate Schmerztherapie einer der Grundpfeiler der modernen Medizin. Jeder Patient hat einen Rechtsanspruch darauf. Im Vordergrund der Behandlung von Schmerzen stehen meist Medikamente. Diese sind mit Nebenwirkungen behaftet und werden von den meisten Patienten ungerne genommen. Viele, vor allem ältere Patienten sind stolz darauf, im höheren Alter vielleicht nur eine halbe Blutdrucktablette täglich nehmen zu müssen. Das ändert sich schlagartig, wenn z. B. eine Operation im Krankenhaus nötig wird. Schnell füllt sich der Medikamentendispenser – und somit auch die Nebenwirkungen. Aber muss das sein? Gibt es nicht Möglichkeiten, die Gabe von Analgetika zu reduzieren oder ganz zu vermeiden? Es gibt sie, die nichtmedikamentösen Maßnahmen zur Schmerzreduktion. Leider ist jedoch das Wissen über die umfangreichen Möglichkeiten kaum oder nur sehr lückenhaft vorhanden. Trotz der oft fehlenden Evidenz zur Wirksamkeit dieser Maßnahmen ist die Anwendung sehr zu empfehlen. Die Reaktionen der Patienten sind meist sehr positiv und oft auch mit der Steigerung der Zufriedenheit verbunden. Eine adäquate Schmerzreduktion ist am ehesten mit der Kombination von medikamentösen und nichtmedikamentösen Ansätzen zu erreichen.

Gerade von der Berufsgruppe der Pflege wird gefordert, diese sanften Methoden umzusetzen. Der Expertenstandard „Schmerzmanagement in der Pflege bei akuten Schmerzen“ des Deutschen Netzwerkes für Qualitätsentwicklung in der Pflege DNQP (Hrsg.) fordert dies explizit. Das Vorhandensein von aktuellem Wissen zu nichtmedikamentösen Maßnahmen und deren Umsetzung am Patienten werden von Pflegekräften erwartet. Leider kommt dieser Themenkomplex in der 3-jährigen Pflegeausbildung viel zu kurz. Woher also das benötigte Wissen nehmen? Bücher zu dieser Thematik, speziell für Pflegenden, sind kaum auf dem Markt. Fort- und Weiterbildungen findet man nur vereinzelt. Zwar ist die nichtmedikamentöse Schmerztherapie auch Inhalt in den verschiedenen Weiterbildungen zum pflegerischen Schmerzexperten, jedoch nur mit sehr geringem Stundenumfang. Deshalb wurde zu dieser Thematik an der Klinikum Bayreuth GmbH eine Weiterbildung zum Pflegeexperten für Nichtmedikamentöses Schmerzmanagement (P.N.M.S.[®]) mit 45 Unterrichtseinheiten entwickelt. Darüber hinaus soll dieses Buch das nötige Wissen zur Anwendung schmerzreduzierender nichtmedikamentöser Maßnahmen vermitteln und die Versorgungslücke komplett schließen.

Im Gesundheitsbewusstsein vieler Patienten findet aktuell ein Rückbesinnen auf altbewährte, teilweise auch naturheilkundliche Verfahren statt. Der Wunsch nach Aufmerksamkeit, emotionaler Zuwendung kombiniert mit qualitativ hochwertigen nichtmedikamentösen Anwendungen treten bei den Patienten immer mehr in den Vordergrund. Diese Methoden sollen aber keinesfalls die schulmedizinischen und medikamentösen

Therapien ersetzen. Ein integratives Zusammenspiel und gegenseitige Ergänzung ist das Ziel.

Die Liste der Möglichkeiten an Anwendungen ist sehr vielfältig. Die in diesem Buch beschriebenen Methoden sind natürlich nur eine Auswahl ohne Anspruch auf Komplettheit. Es wurden nur Maßnahmen mit praktischer Relevanz einbezogen, die auch im Alltag umgesetzt werden können. Jede Pflegekraft, die in ihrer täglichen Arbeit mit Schmerzpatienten zu tun hat, sollte diese Maßnahmen kennen, muss diese aber nicht alle selbst in Perfektion beherrschen. Es geht eben um Management. Dazu gehört auch zu wissen, wer die eine oder andere Maßnahme gut beherrscht und anbietet. Hier ist Organisation gefragt. Wichtig ist der Überblick über die Möglichkeiten.

Themenbereiche wie die Anwendung ätherischer Öle, TENS, Taping, Wärme/Kälte, Licht und Farben, Lagerungen, Akupressur und Musik sind Bestandteil dieses Buches. Zusätzlich sollen Strategien der Gesprächsführung mit dem Patienten in besonderen Situationen zur Sprache kommen. Neben den fachlichen Kompetenzen der Pflegenden ist auch die innere Haltung und Einstellung zum Beruf sehr wichtig. Deshalb ist diesem Thema auch ein kleines Kapitel dieses Buches gewidmet.

Einer Schmerztherapie ist immer erst einmal eine Schmerzmessung vorausgesetzt. Da die etablierten Skalen nicht immer das richtige Ergebnis bringen, wurde eine neue Methode zur Schmerzmessung (KPS) entwickelt und in diesem Buch erstmals beschrieben. Am Schluss wird auch auf ein Gesamtkonzept eingegangen und Tipps zur erfolgreichen Umsetzung neuer Projekte gegeben.

Die Schmerztherapie erfordert eine interdisziplinäre und qualifizierte Zusammenarbeit. Deshalb sollte jede Pflegekraft in der Lage sein, das Schmerzmanagement durch nichtmedikamentöse Maßnahmen zu unterstützen. Es gilt eine unzureichende Schmerzlinderung und deren zum Teil schwerwiegende Folgen sowie Chronifizierungen des Schmerzes zu vermeiden. Dieses Buch ist ein weiterer Baustein, um unseren Patienten ein optimales Schmerzmanagement gewährleisten zu können.

An dieser Stelle möchte ich mich bei allen Autoren für die Erstellung der einzelnen Kapitel und der guten Zusammenarbeit bedanken. Besonderer Dank gilt Fr. Ilse Wittal, der stv. Pflegedirektorin am Klinikum Bayreuth GmbH. Sie hat mich ermutigt, dieses Buch zu schreiben. Alle neuen Projekte wie z. B. die Entwicklung der neuen Schmerzskala (KPS) und der P.N.M.S.[®]-Weiterbildung fanden Ihre volle Unterstützung. Natürlich gilt mein Dank auch dem Thieme Verlag in Stuttgart, hier insbesondere Fr. Grützner, für die Möglichkeit, dieses Buch zu verfassen. Mein Dank richtet sich auch an all jene, die mit ihrer Hilfestellung zum Gelingen dieses Buches beigetragen haben, insbesondere alle Mitarbeiter(innen) des Akutschmerzdienstes.

Stefan Scharnagel
Bayreuth, im November 2018