***M U S T E R T E X T***

***Fokus Rückenschmerzen***

***Bitte individualisieren Sie die gelb markierten Passagen!***

**Hier können Sie Ihr**

**Logo einsetzen!**

**PRESSEMITTEILUNG**

**Bundesweiter „Aktionstag gegen den Schmerz“ am 5. Juni 2018**

**In ORT bietet Einrichtung** (Schmerzklinik/Praxis/Apotheke/Pflegeeinrichtung/o. Ä.) **ein/eine/einen AKTION** (Beratungsaktion, Patientenseminar, Tag der offen Tür,…) **für Schmerzpatienten mit Rückenschmerzen an.**

**Bundesweiter Service: kostenlose Patienten-Hotline am 5. Juni 2018 von 9.00 bis 18.00 Uhr unter**

**Tel.: 0800 18 18 120.**

**IHR ORT, Datum – Die** **Einrichtung** (Schmerzklinik/Praxis/Apotheke/Pflegeeinrichtung/o. Ä.) **beteiligt sich am 5. Juni 2018 am bundesweiten „Aktionstag gegen den Schmerz“ und richtet ihren Blick dabei besonders auf das Thema Rückenschmerzen. Am 7. Aktionstag gegen den Schmerz machen die Deutsche Schmerzgesellschaft e. V. und ihre Partnerorganisationen auf die lückenhafte Versorgung von vielen Millionen Menschen aufmerksam, die an chronischen Schmerzen leiden. Bundesweit finden in über 300 Praxen und Kliniken, in Apotheken sowie Pflegeeinrichtungen Aktionen, Infotage und Vorträge statt. Von 9.00 bis 18.00 Uhr ist zudem eine kostenlose Telefon-Hotline eingerichtet. Dort beantworten mehrere Dutzend Experten Patientenfragen rund um das Thema Schmerz.**

Chronische Schmerzen sind mit 27 Prozent Betroffenen in der Bevölkerung sehr verbreitet. Der Kreuzschmerz ist dabei am häufigsten und führt seit Jahren die Statistik bei den Anlässen für Arbeitsunfähigkeit und medizinische Rehabilitation an. „Bis zu 85 Prozent der Deutschen haben Studien zufolge mindestens einmal in ihrem Leben Kreuzschmerzen gehabt“, sagt Thomas Isenberg, Geschäftsführer der Deutschen Schmerzgesellschaft e. V. Zu den Rückenschmerzen, die mit steigendem Lebensalter zunehmen, kommen dann oft auch noch Begleiterkrankungen wie Nackenschmerzen, Migräne oder Schlafstörungen.

Die Aufklärung von Schmerzpatienten ist wichtig, damit sie wissen, wie sie sich am besten verhalten, um dem Schmerz entgegenzuwirken. „Es kann helfen, sich bei gewissen Belastungen ein wenig zurückzunehmen, gegebenenfalls unterstützt mit der kurzfristigen Einnahme von Schmerzmitteln oder muskelentspannenden Medikamenten“, so Isenberg. Komplette Ruhe sei meist falsch. „Wichtig ist mäßige Aktivität“, rät Isenberg.

Wenn Schmerzen trotz leitliniengerechter Behandlung anhalten oder Patienten mehr als vier Wochen arbeitsunfähig sind, sollte – so fordert es die Deutsche Schmerzgesellschaft e. V. – eine ergebnisoffene interdisziplinäre Abklärung, Assessment genannt, erfolgen. Darauf aufbauend könnten dann therapeutische Maßnahmen beginnen, die multimodal aufgebaut sind, bei der also verschiedene Berufsgruppen und Schmerzspezialisten zusammenarbeiten – wie etwa Ärzte, Physiotherapeuten oder Psychologen. Zu den Behandlungsbausteinen können neben Medikamenten beispielsweise eine psychologische Beratung, Physiotherapie, Ergotherapie, ein Biofeedback und sportliche Aktivitäten gehören.

In seinem/ihrem Anliegen wird er/sie unterstützt von der Deutschen Schmerzgesellschaft e. V., der mit über 3500 Mitgliedern größten wissenschaftlichen Schmerzgesellschaft Europas.

**Hinweise für die Medien:**

Bundesweiter Service: kostenlose Patienten-Hotline am 5. Juni 2018 von 9.00 bis 18.00 Uhr unter

Tel.: 0800 18 18 120. Mit dabei: Doktor/Experte XYZ, Leiter der Einrichtung(Schmerzklinik/Praxis/Apotheke/Pflegeeinrichtung/o. Ä.).

**Für Patienten kostenlos zum Download:**

Akute Kreuzschmerzen: Plötzlich Kreuzschmerzen – was kann ich tun? (äzq): <https://www.patienten-information.de/mdb/downloads/kip/ruecken/kreuzschmerz-akut-kip.pdf>

NVL Nicht-spezifischer Kreuzschmerz: Was ist wichtig? (äzq, KBV, AWMF): <https://www.leitlinien.de/mdb/downloads/nvl/kreuzschmerz/ph/kreuzschmerz-2aufl-flyer.pdf>

**Kontakt für Rückfragen:**

(Hier Ihre Adresse angeben:)

Name

Einrichtung

Adresse

Tel./E-Mail

**Ansprechparter für die Presse – überregional:**

Dagmar Arnold

Pressestelle Aktionstag gegen den Schmerz

Postfach 30 11 20, 70451 Stuttgart, Telefon: 0711 8931-380, E-Mail: [arnold@medizinkommunikation.org](mailto:arnold@medizinkommunikation.org)

Thomas Isenberg

Geschäftsführer der Deutschen Schmerzgesellschaft e. V.

[presse@dgss.org](mailto:presse@dgss.org), [www.dgss.org](http://www.dgss.org) sowie Telefon: 030 39409689-1, Deutsche Schmerzgesellschaft e. V., Bundesgeschäftsstelle, Alt-Moabit 101 b, 10559 Berlin

**SERVICE & TIPPS**

**🡺 Das Aktionstag-Logo und sämtliche Servicematerialien können Sie bei Pressmeldungen nutzen. Wir freuen uns über ein Belegexemplar!**

🡺 Kostenlose **Patientenhotline – Tel.: 0800-18 18 120** am 5**. Juni 2018, 09:00–18:00 Uhr**

Die nachfolgend aufgeführten **Materialien** finden Sie zudem unter www.aktionstag-gegen-den-schmerz.de

* **schmerzApp**: Erste deutschsprachige App für das iPhone oder Android-Handy mit allen relevanten Informationen und Kurzartikel rund um das Thema Schmerz, u. a. zu unterschiedlichen Aspekten von Schmerz, Schmerzerkrankungen und -therapien etc. Downloadlinks unter [www.dgss.org/schmerzapp/](http://www.dgss.org/schmerzapp/)
* **Online-Übersicht über regionale Selbsthilfegruppen** und Ansprechpartner von SchmerzLOS e. V. <http://www.dgss.org/patienteninformationen/selbsthilfegruppen-schmerzlos-e-v/>
* **Patienteninformationen** der Deutschen Schmerzgesellschaft e. V. mit ausführlichen Texten sowie Link zu einem gedruckten Patientenratgeber: [www.dgss.org/patienteninformationen/](http://www.dgss.org/patienteninformationen/)
* **Patientenratgeber: „Schmerz – eine Herausforderung“** Informationen für Betroffene und Angehörige, ISBN 978-3-662-48973-4 <http://www.springer.com/de/book/9783662489734>
* **Faltblatt „Kopfschmerzen verstehen: Migräne, Spannungs-, Medikamentenkopfschmerz“**

<http://www.dgss.org/fileadmin/pdf/Flyer_Kopfschmerzen_verstehen_akt.Version2017.pdf>

* **Faltblatt „Schmerzen verstehen: Akuter Schmerz – chronischer Schmerz“,**

<http://www.dgss.org/fileadmin/pdf/Flyer_Schmerzen_verstehen_Version2017_final.pdf>

* **NATIONALES SCHMERZFORUM**

[www.dgss.org/nationales-schmerzforum/](http://www.dgss.org/nationales-schmerzforum/)

* **Forschungsagenda. Perspektiven Schmerzforschung in Deutschland.**

[www.dgss.org/fileadmin/pdf/Forschungsagenda\_2017\_final.pdf](http://www.dgss.org/fileadmin/pdf/Forschungsagenda_2017_final.pdf)



**Vernetzen Sie sich mit unserer Facebook-Seite:** [**https://www.facebook.com/Schmerzgesellschaft/**](https://www.facebook.com/Schmerzgesellschaft/)