

---

# Inhaltsverzeichnis

<b>1 Schmerz – Grundlagen für Schmerzpatienten</b> .....	1
Hans-Günter Nobis, Roman Rolke, Friederike Keifel, Claudia Winkelmann und Hans Christof Müller-Busch	
1.1 Herausforderung Schmerz .....	2
1.2 Was ist eigentlich Schmerz? .....	4
1.3 Akuter und chronischer Schmerz .....	7
1.4 Schmerz und Psyche .....	10
1.5 Kulturgeschichte des Schmerzes .....	16
1.6 Geschichte der Schmerztherapie .....	21
1.7 Schmerzmedizin in Deutschland .....	28
<b>2 Schmerzkrankungen</b> .....	31
Herta Flor, Charly Gaul, Doreen Pfau, Michael Pflingsten, Roman Rolke, Martin von Wachter, Stefan Wirz, Eva Liesering-Latta, Myriam Herrnberger, Frank Birklein, Jule Frettlöh, Sylvia Mechsner, Hans-Georg Schaible, Friederike Siedentopf und Cornelius Bachmann	
2.1 Rückenschmerz .....	32
2.2 Kopfschmerz .....	38
2.3 Nervenschmerz und Small-Fiber-Neuropathie .....	48
2.4 Phantomschmerz .....	54
2.5 Tumorschmerz .....	57
2.6 Fibromyalgie-Syndrom .....	60
2.7 Somatoforme Schmerzstörung .....	64
2.8 Mund- und Gesichtsschmerz .....	67

2.9	Gelenkschmerz	74
2.10	Komplex Regionales Schmerzsyndrom (CRPS)	78
2.10.1	CRPS aus medizinischer Sicht	78
2.10.2	CRPS aus psychologischer Sicht	83
2.11	Chronischer Unterbauchschmerz der Frau	86
2.12	Endometriose	89
2.13	Schmerz und Restless-Legs-Syndrom	94
<b>3</b>	<b>Besonderheiten bei Schmerz</b>	<b>99</b>
	Heinz-Dieter Basler, Michael Dobe, Hans-Günter Nobis, Esther Pogatzki-Zahn, Jürgen Wild, Regine Klinger, Anke Diezemann-Pröbldorf und Thomas Menge	
3.1	Schmerz und Schlaf	100
3.2	Schmerz bei Kindern und Jugendlichen	108
3.3	Schmerz im Alter	109
3.4	Schmerz bei Frauen und Männern	113
3.5	Schmerz und Partnerschaft	116
3.6	Schmerz und Sexualität	118
3.7	Schmerz und Placebo	121
3.8	Wachstumsschmerzen bei Kindern	126
<b>4</b>	<b>Schmerzdiagnostik</b>	<b>129</b>
	Rainer Freynhagen, Christian Geber, Paul Nilges, Wolfgang Richter und Roman Rolke	
4.1	Schmerzanamnese	130
4.2	Schmerzfragebögen	132
4.3	Erfassung der Schmerzstärke	133
4.4	Messung der Schmerzempfindlichkeit	136
4.5	Schmerztagebücher	138
<b>5</b>	<b>Schmerztherapie</b>	<b>143</b>
	Claudia Borrmann, Gideon Franck, Kornelia Gees, Toni Graf-Baumann, Monika Hasenbring, Hans-Joachim Hoff, Peter Hoffmann, Dominik Irnich, Nicolas Jakobs, Bernhard Klasen, Markus Klein, Peter Kropp, Kay Niemier, Hans-Günter Nobis, Heike Norda, Anke Pielsticker, Ralph Spintge, Thilo Wagner, Ralph Windwehe, Roman Rolke, Sonja Hiddemann, Marc Werner, Sigrid Bosmann, Martin von Wachter, Stefanie Liv Jahn, Angela Dieterich, Marjan Laekeman, Ina Glas, Anne-Kathrin Christ, Marthe Appel und Corinna Nolte	

---

5.1	Interdisziplinär-multimodale Schmerztherapie	144
5.2	Medizinische Therapieverfahren	149
5.2.1	Medikamentöse Schmerztherapie	149
5.2.2	Invasive Schmerztherapie und Nervenblockaden	186
5.2.3	Neurochirurgische Schmerzbehandlung	189
5.2.4	Schmerzbehandlung vor, während und nach einer Operation	191
5.2.5	Manuelle Medizin	195
5.3	Psychologische Therapieverfahren	199
5.3.1	Kognitive Verhaltenstherapie	199
5.3.2	Tiefenpsychologische Behandlung	204
5.3.3	Systemische Therapie	207
5.3.4	Entspannungstherapie	208
5.3.5	Biofeedback	210
5.3.6	Imagination	213
5.3.7	Hypnose	215
5.3.8	Schmerzakzeptanz	220
5.4	Physiotherapie	221
5.4.1	Aufnahmegespräch, körperliche Untersuchung und Abklärung von Einflussfaktoren	224
5.4.2	Schmerzedukation	225
5.4.3	Therapeutische Allianz und gemeinsame Entscheidungen	226
5.4.4	Trainingsprogramm	228
5.4.5	Übertragung der Therapieinhalte in den Alltag	231
5.4.6	Gemeinsame Ergebniskontrolle und gegebenenfalls erneute Festlegung von Zielen	232
5.5	Ergotherapie	233
5.5.1	Wie hilft Ergotherapie bei Schmerzen?	233
5.5.2	Ziel der Ergotherapie	234
5.5.3	Strategien zur Schmerzbewältigung	234
5.6	Komplementärmedizin und ergänzende Methoden	237
5.6.1	Naturheilkunde bei Schmerz	239
5.6.2	Schmerz und Ernährung	245
5.6.3	Akupunktur	250
5.6.4	Meditative Bewegungstherapien	255
5.6.5	Die Feldenkrais-Methode	257
5.6.6	Musiktherapie	260

<b>6</b>	<b>Erfahrungsberichte von Schmerzpatienten</b> .....	263
	Hans-Günter Nobis und Heike Norda	
6.1	„Ich hoffte immer auf ein Wundermittel“ .....	263
6.2	Auch ein Leben mit Schmerzen kann ein lebenswertes Leben sein .....	267
6.3	Wie ich zur eigenen „Migränemanagerin“ wurde .....	272
6.4	Selbsthilfe hilft mir selbst .....	274
<b>7</b>	<b>Schmerzkrankheit und soziale Aspekte</b> .....	279
	Britta Lambers und Heike Norda	
7.1	Schmerz und Beruf .....	279
7.2	Schmerz und Schwerbehinderung .....	285
7.3	Schmerz und Rente .....	289
<b>8</b>	<b>Konkrete Hilfe für Schmerzpatienten</b> .....	293
	Heike Norda, Stephan Panning und Dagmar Seeger	
8.1	Patienten-Selbsthilfe .....	294
8.2	Schmerzambulanz .....	297
8.3	Schmerzklinik .....	298
8.4	Schmerz-Tagesklinik .....	299
8.5	Schmerz-Rehaklinik .....	300
8.6	Interdisziplinäre Schmerzkonferenz .....	301
8.7	Arzt mit Zusatz „Spezielle Schmerztherapie“ .....	301
8.8	Psychotherapeut mit Zusatz „Spezielle Schmerzpsychotherapie“ .....	302
8.9	Pflegekräfte mit Zusatztitel „Algesiologischer Fachassistent“ („Pain Nurse“) .....	302
8.10	Physiotherapeut mit Zusatz Spezielle Schmerzphysiotherapie (SpSPT) .....	303
<b>9</b>	<b>Fachbegriffe für Schmerzpatienten verständlich erklärt</b> .....	305
	Bernd Kappis, Britta Lambers, Peter Post, Heike Norda und Roman Rolke	
	<b>Serviceteil</b> .....	325