



Neben einem edukativen Anteil zum Verständnis und zur Therapie chronischer Schmerzen stehen im Vordergrund vor allem selbstübende Verfahren zur psychologischen Schmerzbewältigung, Schmerzdistanzierung und Schmerzkontrolle.

Das Thema der ersten Woche lautet: „**Was kann ich?**“ - leitet über zu: „**Was brauche ich?**“ und endet in der 3. Woche mit: „**Was muss ich ändern?**“

Ein solches intensiviertes multimodales Gruppenprogramm soll den Patienten soweit wie möglich Eigenverantwortlichkeit und eigene Einflussnahme auf die chronischen Schmerzen und deren vielfältige Auswirkungen zurückgeben. Dem zunehmenden Funktionsverlust der Muskulatur wird durch ein aktives Trainingsprogramm entgegengearbeitet; Körperwahrnehmung und Entspannung werden trainiert. Alltagsbewegungen werden bewußt gemacht und soweit notwendig ökonomisiert und verändert.



Physikalische Therapie

Die Physikalische Therapie in der Klinik Eichstätt ist ein fester Bestandteil der multimodalen Schmerztherapie.

Neben der Schmerztherapie steht ambulant und stationär ein umfangreiches Angebot zur Verfügung.

Telefon (08421) 601-53 27

Wir sind für Sie da!

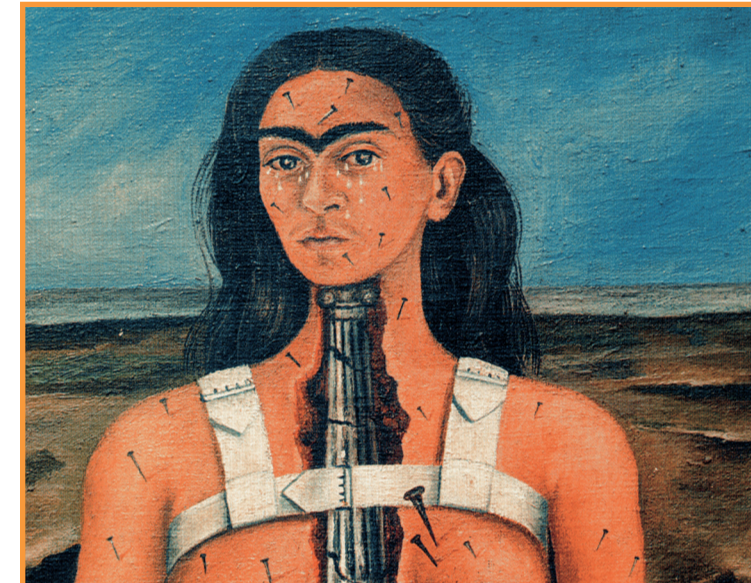
Kontaktaufnahme

Orthopädische Praxis Dr. med. Stephan Grunert
Sollnau 32 • 85072 Eichstätt
Telefon (08421) 90 99 88
Telefax (08421) 90 99 89
www.dr-grunert-eichstaett.de

Multimodale Schmerztherapie



Deutsche Gesellschaft für Schmerztherapie e.V.
German Pain Association · Société Allemande de la Douleur



Wir sind zertifiziert nach:



Klinik Eichstätt



Klinik Eichstätt
Ostenstraße 31 • 85072 Eichstätt
Telefon: (08421) 601-54 10
Telefax: (08421) 601-53 67
info@klinik-eichstaett.de

www.kliniken-naturpark-altmuehltal.de

Liebe Patientin, lieber Patient,

fast jeder Mensch leidet einmal im Leben an Schmerzen. Typisch dafür sind Rücken- oder Kopfschmerzen. Durch Ruhe, physikalische Therapien oder Medikamente verschwinden diese in der Regel schnell.

In zunehmendem Maße entwickelt sich mittlerweile das Krankheitsbild des „Schmerzpatienten“. Lang anhaltende chronische Schmerzen charakterisieren diesen Menschen. Beeinträchtigungen im Arbeitsleben, in der Familie, in der Sexualität und in Freundschaften können die Folge sein.

An diese Patienten richtet sich das Angebot der multimodalen Schmerztherapie in der Klinik Eichstätt. Unter der Leitung des Orthopäden und Schmerztherapeuten Dr. med. Stephan Grunert wurde ein umfassendes Therapiekonzept entwickelt.

Maßgeblich war dabei die Verknüpfung verschiedener Fachgruppen wie z. B. Schmerztherapeut, Orthopäde, Anästhesist, Neurologe, Psychologen, Psychotherapeut, Sozialpädagoge, Physiotherapeut, Ergotherapeut, Entspannungstrainer und natürlich die Gesundheits- und Krankenpfleger/-innen auf der Station. Alle gemeinsam versuchen dem Patienten aus ihrer Sicht und mit ihrem speziellen therapeutischen Angebot zu helfen. So entsteht ein kraftvolles gemeinsames Behandlungskonzept.

Die Behandlung läuft in mehreren Stufen ab:



Dr. med. Stephan Grunert

Facharzt für Orthopädie und Schmerztherapeut
Leiter der Schmerztherapie



Richard Nikol

Dipl.-Pädagoge (Univ.), Dipl.- Sozialpädagoge (FH)
Sozialpsychologische Beratung und Behandlung



Tagesablauf

■ 7.00 bis 8.00 Uhr

Jeden Morgen findet die ärztliche Visite durch Dr. med. Stephan Grunert statt. Durch Injektionen, Manualtherapie, Akupunktur und weitere ärztliche Maßnahmen werden die Schmerzpatienten weitgehend schmerzfrei in den Tag entlassen.

■ 8.00 bis 8.30 Uhr

Frühstück, Ruhepause

■ 8.30 bis 10.00 Uhr

Ergotherapie

Die ergotherapeutische Behandlung der Schmerzpatienten umfasst handwerkliche, gestalterische sowie spielerische Übungen. Einen elementaren Bereich stellt das Üben der lebenspraktischen Tätigkeiten dar. Durch Verbesserung, Wiederherstellung oder Kompensation der beeinträchtigten Fähigkeiten soll den Patienten eine möglichst große Selbstständigkeit und Handlungsfreiheit im Alltag ermöglicht werden.

■ 10.00 bis 11.00 Uhr

Physiotherapie

Individuell je nach Erkrankung werden die Schmerzpatienten mit unterschiedlichen Methoden behandelt. Während des durchschnittlich zweiwöchigen Aufenthaltes lernen die Patienten folgende Therapien kennen: Manuelle Therapie, Nervenmobilisation, Stromanwendungen, Fango, Massage, Medizinische Trainingstherapie, Biofeedback und Magnetfeldtherapie.

■ 11.00 bis 11.30 Uhr

Entspannungstraining

Das Erlernen und Einüben von progressiver Muskelentspannung ist ein wesentlicher Baustein der Therapie.

■ 11.30 bis 13.00 Uhr

Mittagessen, Mittagspause



■ 13.00 bis 14.00 Uhr

Physiotherapie

■ 14.00 bis 15.00 Uhr

Psychologische/Sozialpädagogische Gesprächsgruppe

Diese Zeit soll den Patienten dienen, mehr über sich selbst zu erfahren, über die eigenen Verhaltensweisen. Stress- und Konfliktbewältigungsstrategien werden hier erarbeitet.

■ 15.00 bis 16.30 Uhr

Medizinische Trainingstherapie

Aufgrund der lang anhaltenden Schmerzen kommt es langsam zu einem Rückgang der Rücken- bzw. Rumpfmuskulatur, da durch die Schmerzen ein Aufrechterhalten der Kraft im Rückenbereich nicht möglich ist. Bei der medizinischen Trainingstherapie findet ein Wiederaufbau der betroffenen Muskelgruppen statt.

■ 16.30 bis 17.30 Uhr

Autogenes Training in der Klinik Kapelle

■ 17.30 bis 18.30 Uhr

Abendessen

■ **Dienstags und Freitags finden außerdem therapeutische Spaziergänge statt**