



Psychologische Schmerztherapie

Schmerz ist ein „unangenehmes Sinnes- und Gefühlserlebnis“ und beteiligt das Emotionszentrum zur Verarbeitung. Neben der körperlichen Behandlung durch die ärztliche Seite sollte auch die Behandlung emotionaler und verhaltensbezogener Faktoren durch Psychologen erfolgen. Interdisziplinäre Ansätze unter Beteiligung von Psychologen sind deutlich effektiver als unimodale medizinische Ansätze (z. B. Basler u. Kröner-Herwig, 1998) und werden somit als Selbstverständlichkeit von der internationalen Fachgesellschaft IASP (International Association for the Study of Pain) gefordert.

Der erste Teil eines Workshops beim 20. Internationalen Schmerzsymposium in Wien, der vor allem auf die Behandlung von und Besonderheiten in der Kommunikation mit chronischen Schmerzpatienten fokussierte, gab einen Überblick über wirksame psychologische Behandlungsangebote für chronische Schmerzpatienten, inklusive der Indikationen. Anhand von Fallbeispielen wurde erläutert, wie unter anderem der Einbezug von Biofeedback, Entspannungstechniken, kognitiven Techniken und Schmerzbewältigungstraining zu einer aktiveren Patientenrolle, einer Steigerung der Selbstkompetenz und Minderung des Leidens unter dem Schmerzerleben führen kann. Transkulturelle Aspekte der psychologischen Schmerzbehandlung wurden im Speziellen erläutert.

Chronische Schmerzpatienten fühlen sich oft nicht verstanden, es gibt wenig Fortschritte, sie sind enttäuscht und „nicht psychisch krank“. Ergänzend wurden Kommunikationstechniken besprochen und konkrete Empfehlungen gegeben, die psychologischen Angebote auch verständlich zu vermitteln, ohne dass Patienten sich abgeschoben oder psychiatrisch stigmatisiert fühlen.

Im zweiten Teil wurde das Erlernte praktisch erprobt: In Kleingruppen wurde anhand von Fallvignetten erarbeitet, bei welchen Patientenangaben (Diagnose, Krankheitsverhalten, Informationen

aus der Sozialanamnese) ein Einbeziehen der psychologischen Schmerztherapie sinnvoll ist. Genaue Formulierungen in der Kommunikation mit chronischen Schmerzpatienten sowie Besonderheiten bei Betroffenen mit Migrationshintergrund wurden vorgestellt und diskutiert.

Quelle: 20. Internationales Wiener Schmerzsymposium, Abstract Mag. Béatrice Strock und Mag. Filiz Somay: „Angebote und Herausforderungen (am Beispiel Migration) der Psychologischen Schmerztherapie – wann und wie zuweisen?“

Überbringen schlechter Nachrichten?

Innnerhalb des ärztlichen Berufs ist die professionelle, anspruchsvolle Arzt-Patienten-Kommunikation ein wesentlicher Bestandteil. In der Arbeit mit lebensbedrohlich erkrankten Patienten zeigt sich, dass durch bestimmte akute Herausforderungen das gewohnte Stressbewältigungsverhalten häufig nicht mehr greift. Das kann dazu führen, dass posttraumatische Stresssymptome auch bei vorher vollkommen gesunden Menschen auftreten können.

Die Mitteilung einer schwerwiegenden Diagnose löst häufig eine Krise bei der betroffenen Person aus. Die Gesprächssituation stellt sich somit sowohl für die Behandler als auch die Patienten als eine Herausforderung und häufig „schwere Hürde“ dar. Daher war der Schwerpunkt dieses Workshops beim 20. Internationalen Wiener Schmerzsymposium die Gestaltung und Führung dieser schwierigen Gesprächssituationen. Die Art und Weise der Vermittlung negativer Nachrichten hat beim Patienten – neben der Diagnose selbst – einen wesentlichen Einfluss auf die Verarbeitung und Bewältigung dieser. Daher kann das Erlernen einer effizienten Gesprächsführung dazu beitragen, sich während der Aufklärungssituation sicherer zu fühlen, was bei Patienten wiederum zur Reduzierung der Angst, der depressiven Symptomatik sowie des Auftretens posttraumatischer Stresssymptome führt. Zudem kann die professionelle Gesprächsführung Compliance bewirken und zu einer generellen Erhöhung der Patientenzufriedenheit führen.

Das Erlernen hilfreicher Gesprächstechniken kann dazu beitragen, einen sicheren Umgang mit den Emotionen und persönlichen Grenzen während schwieriger Gesprächssituationen zu erlangen. Bedeutend dabei ist auch eine Sensibilisierung für die eigene Wahrnehmung in Bezug auf die Reaktion, die Stimmungslage und die Aufnahmefähigkeit des Gegenübers, denn eine gelungene Kommunikation ist dann gegeben, wenn die Wahrnehmungs- und Interpretationsvorgänge beim Kommunikator und beim Rezipienten ähnlich ablaufen. Im Hinblick darauf wurden im Workshop verschiedene Kommunikationskonzepte vorgestellt und eingeübt, um schwierige Gespräche, insbesondere das Überbringen schwerwiegender Diagnosen, besser vorzubereiten und strukturieren zu können.

Quelle: 20. Internationales Wiener Schmerzsymposium, Abstract Mag. Romy Busch und Mag. Barbara Mikulas: „Überbringen schlechter Nachrichten“