

4. Anwendungsbeispiel Schmerzbehandlung

ANDREAS MICHALSEN

Einleitung

Im Bereich der stationären Schmerztherapie wie auch im Bereich der stationären integrativen Medizin und Naturheilkunde mit Spezialisierung in der Schmerztherapie werden insbesondere die folgenden Beschwerdebilder behandelt:

- Chronischer unterer Rückenschmerz (unspezifischer Rückenschmerz, Lumbal-, LWS Syndrom, Ischialgien)
- Chronischer Nackenschmerz (Cervikal-, HWS-Syndrom)
- Chronische Schulter und Armschmerzen (Cervicobrachialsyndrom, Schulter-Arm Syndrom, Karpaltunnelsyndrom, Epicondylitis)
- Chronische Kopfschmerzen und Migräne.

Häufig werden auch Zweitmeinungen vor Wirbelsäuleneingriffen (Spinalkanalstenose, Bandscheibenvorfall) eingeholt oder es bieten spezifische Schmerzsyndrome (Trochanterschmerzen, SIG Syndrome) den Anlass der Behandlung.

In der Regel werden in der stationären Naturheilkunde Patienten mit einem bereits chronifizierten Verlauf mit einer Vorgeschichte von mehr als 3 Monaten behandelt. Weiter kann davon ausgegangen werden, dass alle Patienten bereits in fachrheumatologischer, schmerztherapeutischer oder orthopädischer Behandlung sowie oftmals in begleitender psychosomatischer Behandlung sowie Rehabilitation waren.

Die Prävalenz behandlungsbedürftiger Schmerzsyndrome des Rückens, der Kopfschmerzen und weiterer regionalen Schmerzsyndrome ist sehr hoch und Erkrankungen in Form von chronischen Schmerzsyndromen betreffen inzwischen wei-

te Anteile der Bevölkerung. Chronische Rückenschmerzen sind die häufigste Ursache für Arbeitsunfähigkeit in Deutschland. Die im Folgenden genannten Therapien sind essenziell für die erfolgreiche und multimodale Therapie von chronischen Schmerzsyndromen in der stationären Naturheilkunde und integrativen Medizin.

4.1. Klassische Naturheilverfahren

4.1.1. Ernährungstherapie und Heilfasten

Alle Patienten sollten eine fachspezifische Ernährungsberatung zu den spezifischen Ernährungs- und Diätformen erhalten. Dies sind vor allem die mediterrane Ernährung, die Vollwerternährung, die Arachidonsäure-arme Ernährung als schmerztherapeutische Ansätze sowie kalorische Restriktion, Fastentherapie und Spezialdiäten zur Gewichtsnormalisierung bei häufig parallel vorliegendem Übergewicht, welches sich in der Regel negativ auf Schmerzsyndrome auswirkt. Ergänzend können Ernährungsformen des Ayurveda und der TCM zum Einsatz kommen. Im Bereich der Küche und Verpflegung sollten Patienten unbedingt eine vollwertige Kost erhalten, um der späteren Selbstdurchführung förderlich zu wirken. Für die erfolgreiche Durchführung der Fastentherapie sind Ärzte mit entsprechender Fastenerfahrung sowie Fastenleiter mit UGB-Ausbildung im Personal vorzuhalten.

4.1.2. Bewegungstherapie

Zur Schmerztherapie sind Angebote zu Spezialformen der Krankengymnastik und Physiotherapie sowie aerobe Bewegungsformen in der Physiotherapie und Ordnungstherapie vorzuhalten:

- Bobath, Mackenzie u.a.
- Ergometertraining
- Nordic-Walking und Walking
- Reflektorische Atemtherapie
- Bewegungsbad
- Med. Trainingstherapie.

Ergänzend sollten medizinische Techniken der Körperarbeit und der achtsamen Körpertherapien vorgehalten werden:

- Yoga
- Alexandertechnik
- TaiChi bzw. QiGong.

Mindestens zwei von vier dieser Techniken sollten im Angebot sein.

4.1.3. Phytotherapie und Nahrungsergänzung

In der naturheilkundlichen Schmerztherapie kommen ergänzend naturheilkundliche Präparate zur Anwendung, insbesondere sind dies Präparate bzw. Teezubereitungen mit folgenden Heilpflanzen:

- Weidenrinde
- Teufelskralle
- Spezialextrakt „Phytodolor“
- Hagebuttenextrakt.

4.1.4. Hydro- und Balneotherapie

In der Therapie von Schmerzerkrankungen haben sich hydrotherapeutische Anwendungen bewährt und sie können später als selbstdurchführbare Maßnahme zur Nachhaltigkeit des Therapie Erfolges beitragen:

- Kneipp-Güsse, kalt und wechselwarm
- Teil- und Vollbäder, mit und ohne medizinische Zusätze
- Öldispersionsbäder
- Überwärmungsbäder und systemische Infrarot-A-Hyperthermie, (z.B. nach Ardenne oder nach Heckel)
- Brust- und Leibwickel mit und ohne Zusätze
- Auflagen und Packungen mit und ohne Zusätze
- Einreibungen mit Heilkräuterzusätzen
- Elektrotherapie mit Stangerbädern, Zwei- und Vierzellenbädern

Die Kältekammer mit Temperaturen von -110°C ist eine ausgeprägt wirksame schmerzlindernde Therapie, jedoch mit erheblichem Einrichtungsaufwand

4.1.5. Ordnungstherapie und Mind-Body-Medizin

In der naturheilkundlichen Schmerztherapie sollten Patienten mit chronischen Erkrankungen immer begleitend Techniken und Entspannungsverfahren der Ordnungstherapie im Rahmen eines stationären Aufenthaltes vermittelt bekommen. Dies sollte durch entsprechende diplomierte Ordnungstherapeuten bzw. Psychotherapeuten oder ausgebildete Ärzte erfolgen. Zur Anwendung kommen u.a. Meditation, Body-Scan, Autogenes Training, Jacobson-Entspannung und Körperentspannungsverfahren. Erweitert kommen Konzepte der modernen Mind-Body-Medizin zum Einsatz.

4.2. Weitere Therapiemethoden

4.2.1. Akupunktur und traditionelle chinesische Medizin

Diese Verfahren sind sehr wirksam in der Schmerztherapie. Insbesondere die Akupunktur kommt in seriellen Behandlungsformen erfolgreich in der stationären Naturheilkunde zum Einsatz. Die Akupunktur sollte durch erfahrene Ärzte mit Zusatzbezeichnung Akupunktur oder B-Diplom durchgeführt werden. Ergänzend können Techniken aus der chinesischen Physiotherapie (Tuina-Massage, Akupressur) oder auch die chinesische Phytotherapie zum Einsatz kommen.

4.2.2. Neuraltherapie und therapeutische Lokalanästhesie

Diese erfolgt mittels Procain oder anderen Lokalanästhetika. Sinnvoll auch in Kombination mit Triggerpunkt-Techniken, myofaszialen Techniken. Anwendung nur durch erfahrene Ärzte mit Zusatzausbildung.

4.2.3. Manuelle Therapie/Osteopathie

Diese erfolgt durch ausgebildete Physiotherapeuten und/oder Ärzte mit Spezialausbildung. Idealerweise kommt diese initial im Krankenhaus zum Einsatz, muss jedoch ambulant fortgesetzt werden.

4.2.4. Ausleitende Verfahren

Zur Anwendung kommen:

- Blutegeltherapie
- Schröpfen, trocken und blutig
- Kanthariden-Pflaster
- Nadelreizmatte.

Für alle Verfahren ist eine entsprechende Vorbildung von Ärzten mit Zusatzausbildung Naturheilkunde unabdingbar.

4.2.5. Ayurveda

Die traditionelle indische Medizin kann additiv bzw. fakultativ zum Einsatz kommen. Bewährt haben sich insbesondere die externen Ölanwendungen und Massagen sowie die ayurvedische Phytotherapie.

Zusammenfassende Bewertung

In der naturheilkundlichen und integrativen Schmerztherapie erweisen sich die naturheilkundlichen Therapieformen als äußerst erfolgreich und zumeist relevant beschwerdelindernd. Insbesondere durch die Kombination verschiedener Maßnahmen, z.B. Heilfasten und Blutegel, Yoga, Akupunktur, qualitativ hochwertige Physiotherapie, können beeindruckende Heilerfolge erzielt werden. Neben der komplementärmedizinischen Kenntnis ist es auch erforderlich, dass Ärzte Erfahrungen in der konventionellen Therapie vorweisen können, um die entsprechende Abstimmung zwischen beiden Verfahren vorzunehmen („Integrative Medizin“). Grundsätzlich ist eine gut funktionierende und gut ausgestattete Abteilung für physikalische Therapie ein wesentlicher Bestandteil des Therapieerfolges. Es müssen hierbei nicht alle Verfahren vorgehalten werden, aber es sollte zumindest eine gewisse Auswahl innerhalb der physikalischen Therapie bereitstehen.