

Warmes Kiesbad lindert den Schmerz

Wenn der Schmerz nicht nachlässt, helfen nicht nur Medikamente. Wie groß das Spektrum der nichtmedikamentösen Behandlungsmethoden ist – davon konnten sich gestern die Besucher der Gesundheitsmesse im Klinikum Bad Salzungen überzeugen. Physiotherapeutin Ursula Eberlein (l.) demonstriert einer Patientin das Kiesbad. Die Bewegung im warmen Kies lindert den Schmerz beispielsweise bei Rheuma oder Arthrose. Für das Gesundheitsforum „Schmerzfreies Krankenhaus, Möglichkeiten und Grenzen der modernen Schmerztherapie“, reichten erneut die Plätze kaum aus. Mit 200 Besuchern war es ein voller Erfolg. Bereits zum fünften Mal wurde das Forum veranstaltet, das das Klinikum gemeinsam mit *Südthüringer Zeitung* und *Freies Wort* präsentiert.

Foto: Heiko Matz



Auch Antidepressiva können helfen

Telefonaktion | Klinikärzte gaben gestern Nachmittag Auskunft / Ständige Schmerzen müssen nicht sein

Bad Salzungen – Die Ärzte am Bad Salzunger Klinikum Annette Weih, Dr. Christiane Kotlebova und Dr. Joachim Barthels beantworteten bei der Telefonaktion gestern Fragen zum Thema Schmerz.

Manchmal habe ich so starke Nervenschmerzen im Bein, dass die verschriebenen Medikamente nicht wirken. Gibt es da Möglichkeiten?

Man könnte es mit noch einem zusätzlichen Schmerzmedikament probieren oder auf ein speziell für Nervenschmerzen entwickeltes Medikament umsteigen. Diese Möglichkeiten sollten Sie mit Ihrem Hausarzt absprechen. Sie können sich aber auch eine Überweisung in die Schmerzambulanz unseres Klinikums im ehemaligen Bad Salzunger Krankenhaus holen und Ihr Problem mit einem Schmerztherapeuten besprechen.

Ich habe seit drei Jahren



Annette Weih, Fachärztin für Anästhesiologie und Intensivmedizin.

Gliederschmerzen am ganzen Körper und bin trotz Behandlung vom Hausarzt und Orthopäden nie wirklich schmerzfrei. Wer kann mir helfen?

Holen Sie sich eine Überweisung zum Schmerztherapeuten. Der kann Sie auf Medikamente



Dr. Christina Kotlebova, Fachärztin für Anästhesiologie und Intensivmedizin.

einstellen. Wichtig ist die regelmäßige Einnahme von Schmerzmedikamenten. Aber auch Antidepressiva, die die Schmerzverarbeitung beeinflussen, können sehr wirksam sein und werden bei der Behandlung von Schmerzen erfolgreich angewendet.



Dr. Joachim Barthels, Chefarzt der Abteilung für Physikalische Therapie.

Fotos: Heiko Matz

Was kann ich gegen meine Arthrose-Schmerzen im Knie tun?

Ganz wichtig ist die regelmäßige Medikamenteneinnahme, um die Übungsfähigkeit des Knies wiederherzustellen. Die meisten schonen das schmerzende Knie, was falsch ist. Be-

wegung ist wichtig, sonst wird der Knorpel nicht richtig versorgt. Es kann aber oft Wochen dauern, bis der Schmerz weg ist. Bei den Übungen sollten Sie aber das Knie nicht zum Beispiel durch Treppensteigen überlasten. Zu empfehlen sind auch Reizstromtherapie oder Akupunktur.

Ich bekomme für meine Schmerzen in Knien und Schultern Opiatpflaster, die ich alle drei Tage wechseln soll. Am dritten Tag habe ich aber meist schon wieder Schmerzen. Was soll ich tun?

Bei Opiatpflastern ist auch eine überlappende Gabe möglich. Das bedeutet, Sie kleben sich am dritten Tag morgens das neue Pflaster auf und entfernen das alte erst abends. Eventuell ist auch ein Wechsel des Pflasters alle zwei Tage möglich. Eher zu empfehlen wäre aber die Gabe eines leichten Schmerzmittels am dritten Tag zusätzlich zum Pflaster. ide