

## Unsere Unterstützung für Sie

Neben der medikamentösen Behandlung von Schmerzen gibt es einige alternative bzw. unterstützende Maßnahmen. Hierzu gehören:

- Physikalische Maßnahmen, z. B.
  - Wärme- und Kältebehandlungen
  - Individuelle Lagerungen
  - Spezielle Einreibung
- Seelsorge
- Physiotherapeutische Maßnahmen, z. B.
  - Bewegungsübungen
  - Massagen
  - Fangoanwendungen
  - Elektrotherapie

Diese Angebote variieren von Klinik zu Klinik. Bitte erkundigen Sie sich, welche unterstützende Maßnahme wir für Sie in unserer Klinik bereithalten.

### Effektive Schmerzmedikation

Sprechen Sie hierüber mit Ihrer behandelnden Ärztin/ Ihrem behandelnden Arzt. Scheuen Sie sich nicht, Fragen zu stellen – gerne auch mehrmals. Es ist von entscheidender Bedeutung, dass Sie die Zusammenhänge verstehen, bestehende Ängste abbauen können und aktiv an der Behandlung mitarbeiten.

### Die Planung Ihrer Entlassung

Es ist sehr wichtig, die begonnenen Maßnahmen zur Schmerzlinderung auch nach Ihrer Entlassung lückenlos weiterzuführen. Deshalb nehmen wir frühzeitig Kontakt zu den weiterbetreuenden Personen auf. Alle wichtigen Informationen zu der eingeleiteten Schmerztherapie werden gesammelt an sie weitergeleitet.

**Wir bedanken uns für Ihre Mitarbeit und wünschen Ihnen oder Ihren Angehörigen eine baldige Genesung!**

#### **Vivantes Auguste-Viktoria-Klinikum**

Rubensstraße 125, 12157 Berlin  
Tel. 030 130 20 0

#### **Vivantes Humboldt-Klinikum**

Am Nordgraben 2, 13509 Berlin  
Tel. 030 130 12 0

#### **Vivantes Ida-Wolff-Krankenhaus**

Juchaczweg 21, 12351 Berlin  
Tel. 030 130 14 9875

#### **Vivantes Klinikum Am Urban**

Dieffenbachstraße 1, 10967 Berlin  
Tel. 030 130 21 0

#### **Vivantes Klinikum Kaulsdorf**

Myslowitzer Straße 45, 12621 Berlin  
Tel. 030 130 17 0

#### **Vivantes Klinikum im Friedrichshain**

Landsberger Allee 49, 10249 Berlin  
Tel. 030 130 23 0

#### **Vivantes Klinikum Neukölln**

Rudower Straße 48, 12351 Berlin  
Tel. 030 130 14 0

#### **Vivantes Klinikum Spandau**

Neue Bergstraße 6, 13585 Berlin  
Tel. 030 130 13 0

#### **Vivantes Wenckebach-Klinikum**

Wenckebachstraße 23, 12099 Berlin  
Tel. 030 130 19 0

[www.vivantes.de](http://www.vivantes.de)



**Vivantes**

Informationen für Patientinnen,  
Patienten und Angehörige

**Ihre Schmerzen lindern –  
das ist unser Ziel.**

Die Pflegenden arbeiten nach gesicherten  
pflegewissenschaftlichen Erkenntnissen des  
nationalen Expertenstandards Pflege von  
Menschen mit Schmerzen.

## Sehr geehrte Patientinnen und Patienten, sehr geehrte Angehörige,

*„Schmerz ist das, was der Betroffene über die Schmerzen mitteilt. Sie sind vorhanden, wenn der Patient mit Schmerzen sagt, dass er Schmerzen hat.“*

\*McCaffery 1997/Deutsche Schmerzliga

Schmerzen beeinträchtigen Ihre Lebensqualität und wirken sich auf den gesamten Genesungsprozess aus. Zudem können sie Hinweise auf eventuelle Komplikationen sein.

Unser Ziel ist, dass Sie sich in Ihrem Schmerzerleben ernst genommen fühlen. Es ist uns wichtig, dass Sie mit uns offen über Ihre Schmerzen sprechen und Verständnis und Fürsorge empfangen.

Bei unserem pflegerischen Schmerzmanagement richten wir uns ausdrücklich nach den entsprechenden nationalen Expertenstandards\*, die vom Deutschen Netzwerk für Qualitätssicherung in der Pflege (DNQP) publiziert wurden.

Eine effiziente und lückenlose Schmerztherapie kann dazu beitragen, Ihr Wohlbefinden zu steigern und Ihren Krankenhausaufenthalt durch eine schnelle Genesung zu verkürzen.

Der Maßstab für diese Therapie ist Ihr ganz persönliches Schmerzerleben bzw. Schmerzempfinden.

Auf den folgenden Seiten möchten wir Sie darüber informieren, was wir für Sie tun können und wie entscheidend Ihre Mithilfe bei der Erfassung und Behandlung Ihrer Schmerzen ist.

## Was können Sie tun?

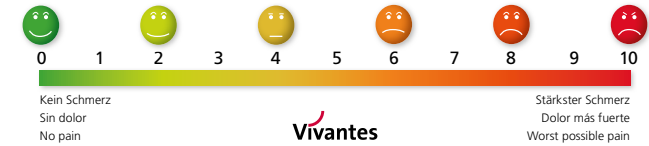
- Gehen Sie nicht davon aus, dass Schmerzen zur Genesung gehören und Sie sie einfach „aushalten“ müssen.
- Sagen Sie uns frühzeitig Bescheid, wenn Sie unter Schmerzen leiden.
- Achten Sie zuverlässig auf die pünktliche und regelmäßige Einnahme von Schmerzmedikamenten.
- Wenn Sie sich im Umgang mit diesen Medikamenten unsicher fühlen und weitere Informationen benötigen, sprechen Sie uns bitte an.
- Sollten Sie unter möglichen Nebenwirkungen der Medikamente leiden (z. B. Übelkeit, Erbrechen oder Verstopfung), informieren Sie uns bitte.
- Beobachten Sie, was Ihre Schmerzen verstärkt (z. B. Belastung, Krankengymnastik) und was sie lindern kann (z. B. Ruhe, Musik o. ä.).

## Unsere Unterstützung für Sie

### Schmerzerfassung

Um Ihren Schmerz „sichtbar“ zu machen, ist es wichtig, Ihre Schmerzstärke regelmäßig zu erfragen. Hierzu nutzen wir verschiedene Skalen, anhand derer Sie uns Ihre Schmerzstärke beschreiben können.

#### SCHMERZSKALA zur Ermittlung der Schmerzstärke



Auf der numerischen Ratingskala (NRS) können Sie Ihrem Schmerz eine Zahl von 0 (= kein Schmerz) bis 10 (= stärkster, nicht aushaltbarer Schmerz) zuordnen.

Eine regelmäßige Erfassung der Schmerzstärke kann ein erstes Bild Ihrer Schmerzen vermitteln. Wann gibt es Schmerzspitzen? Treten die stärksten Schmerzen morgens oder abends auf?

Gemeinsam mit Ihnen legen wir den Zielwert Ihrer Schmerzlinderung fest, wobei eine Unterscheidung zwischen Ruhe- und Belastungsschmerz wichtig ist.

\* Expertenstandard Schmerzmanagement in der Pflege bei akuten Schmerzen (2011)

Expertenstandard Schmerzmanagement in der Pflege bei chronischen Schmerzen (2014)