

Informationen zur Schmerztherapie

Für die Schmerztherapie ist es uns sehr wichtig, dass Sie gut informiert sind. Sie werden im Verlauf der Therapie Informationen von verschiedenen Therapeuten erhalten.

Gemeint sind zum Beispiel Informationen über ihre Schmerzerkrankung, über Ihre Medikamente, über krankengymnastische Übungen, über Entspannungsverfahren, über Ernährung und so weiter.

Bitte legen Sie eine Informationsmappe an. Diese Mappe soll dazu dienen, dass Sie wichtige Informationen zur Schmerztherapie abheften und von Zeit zu Zeit nachlesen können. Bitte bringen Sie die Mappe zu jedem Termin mit Ihrem Schmerztherapeuten mit.

Erste Informationen zur Schmerztherapie enthalten der Flyer „Schmerzen verstehen“ und die Medikamenteninformationen. Diese lesen Sie bitte vor dem ersten Termin mit dem Schmerztherapeuten.

Ziele sind wichtig

In der Schmerztherapie ist es wichtig, sich realistische Ziele zu setzen. Zum Beispiel ist ein realistisches Ziel bei Nervenschmerzen, dass durch Medikamente die Schmerzen wenn es sehr gut läuft halbiert werden können. Wenn Ihr Ziel ist, dass die Schmerzen in jedem Fall ganz weggehen sollen, werden Sie eventuell enttäuscht.

Andere Ziele können zum Beispiel ihre körperliche Fitness wie Kraft, Beweglichkeit, Ausdauer, , Geh- oder Fahrradstrecke, Gleichgewicht, Gangsicherheit oder Sturzvermeidung betreffen. Das sind wichtige Bausteine, damit sie ihren Alltag gut bewältigen können und Ihre Lebensqualität erhalten oder verbessern können.

Das Arbeitsblatt zur Zielplanung dient dazu, dass Sie ihre persönlichen Ziele planen können. Das kann ebenfalls in Ihren Informationsordner.

Nach dem Termin mit dem Schmerztherapeuten sollen sie das Arbeitsblatt ausfüllen, für 3 Monate damit arbeiten. Vor dem Termin im nächsten Quartal beurteilen Sie dann, wie gut es geklappt hat.

Medikamentensicherheit

Uns ist es wichtig, dass sie gut über die mögliche Wirkungen aber auch die Risiken von Schmerzmedikamenten informiert sind.

Bitte drucken Sie die Informationsblätter zur Medikamententherapie doppelt aus. Ein Exemplar ist für Ihre Informationsmappe, ein weiteres bringen Sie bitte zum ersten Termin mit dem Schmerztherapeuten ausgefüllt und unterschrieben mit. Frage zu den Medikamenten und welche für Sie in Frage kommen, wird dann der Schmerztherapeut beim Termin mit Ihnen besprechen.