

Schmerz hat viele Gesichter

Fortbildungstagung der Pflegeschule Glarus zeigte Komplexität des Themas
Die vielfältigen Facetten von Schmerz beleuchtete eine kantonale Fortbildung der Pflegeschule Glarus vom vergangenen Donnerstag. Sechs fachkundige Referenten gingen das Thema «Schmerz - ein Lebenszeichen» aus unterschiedlichen Blickwinkeln an, zeigten dabei aber auch Gemeinsamkeiten auf.

- **VON MADELEINE KUHN-BAER**

«Wir tun uns schwer, Schmerz ins Wort zu fassen und auf einen Begriff zu bringen», sagte Dr. phil., lic., theol. Pater Ziegler, der das Thema vor den rund 120 Anwesenden aus philosophischer Sicht beleuchtete. Wir bemühten uns, Schmerz naturwissenschaftlich und medizinisch zu erforschen. Trotzdem dürften wir nicht vergessen, dass Schmerz auch als menschliche Grunderfahrung zu werten sei: «Schmerz macht uns unsere Leibhaftigkeit und Welthaftigkeit bewusst, und zwar auf befremdliche Art, damit wir zur Ruhe kommen und uns mehr als sonst auf uns selber besinnen.» Schmerz soll nach Ansicht des Referenten behutsam gelindert werden - «aber nicht betäubt, damit er seinen Sinn behalten kann». Geduld und eventuell auch eine gläubige Hoffnung seien bei Schmerzen nötig, die nicht eliminiert werden können. «Man darf nicht zu früh anfangen zu leiden und nicht zu viel fremdes Leid in sich reinbringen», so Pater Ziegler. Und man sollte versuchen, dem Leiden einen Sinn zu geben.

Schmerz hat psychische Bedeutung

«Schmerz ist sehr beunruhigend, wenn man nicht weiss, woher er kommt», sagte lic. phil. Karin Werner-Zentner, Psychologin und Supervisorin. Er zeige, wie Psyche und Körper im Einklang stünden: «Jeder Schmerz hat eine psychische Bedeutung und ist psychisch eingebunden.» Als Beispiele nannte sie Schmerz als Schutz vor Verletzungen, als Beziehungserfahrung, als Strafe, als Ausdruck eines innerpsychischen Konfliktes, Schmerz und Aggression/Macht, Schmerz durch Verluste oder auch Schmerz und sexuelle Erregung. «Schmerz ist eine Ich-Erfahrung: Er zeigt, dass mein Körper vorhanden ist», so die Psychologin. Unsere Kultur gehe davon aus, dass Schmerz eine somatische Ursache haben müsse, was aber nicht immer der Fall sei und zu Fehleinschätzungen führen könne. Der Patient erwarte Hilfe, ja sogar Befreiung von den Schmerzen. Die pflegende Person wolle helfen, was aber auch überbetont werden könne. Oft sei bei Schmerzpatienten ein Abwehrmechanismus gegenüber der psychischen Ebene festzustellen.

Schmerz führt zu sich selber

Prof. Dr. med. Kaspar Rhyner, Chefarzt Medizin am Kantonsspital Glarus, befasste sich mit dem Umgang mit Schmerz in der heutigen Medizin. «Es gibt viele verschiedene Umgänge. Schmerz ist etwas sehr Individuelles und hat unendlich viele Gesichter», betonte er gleich zu Beginn. Sogenannte Standardtherapien seien deshalb nur Leitlinien, nicht die Wahrheit und niemals das Zentrum des Problems. Schmerz sei zudem sehr ambivalent: «Einerseits gehört er zum Leben. Aber halten wir es andererseits aus, Schmerzen so vom Patienten entgegenzunehmen?»

In unserem Jahrhundert habe die Schmerzbekämpfung einen zentralen Stellenwert bekommen: «Der Druck, die Schmerzen wegzublasen, ist unendlich gross. Wie durchbrechen wir dies?» Das Behandlungsspektrum sei weit, doch das heutige Denken stütze sich sehr auf Medikamente ab. Der Chefarzt rief dazu auf, einfache Methoden wie Umschläge, Massage, Körperübungen, Akupunktur und dergleichen unbedingt miteinzubeziehen. Und: «Schmerz hat Sinn.» Die persönliche Konfrontation mit dem Schmerz führe den Patienten zu sich selber: «dorthin, wo wir eigentlich hingehören, in die eigene Mitte.»

Ganzen Menschen erfassen

Christoph von Dach, Pflegedienstleiter der Lukas-Klinik in Arlesheim, zeigte den Umgang mit Schmerz in einer anthroposophischen Klinik auf: «Schmerz kann auch ein gewisses Entwicklungspotenzial beinhalten und hängt wesentlich mit dem seelischen Erleben zusammen. Seine Behandlung muss den ganzen Menschen erfassen: Körper, Seele und Geist.»

Grundlage der anthroposophischen Medizin ist die Schulmedizin. So werden zum Beispiel auch Morphium verwendet und leichte Chemotherapien verordnet. Die Schulmedizin wird erweitert durch die Gedanken und ableitenden Angebote der Anthroposophie. Die Schmerzbehandlung muss laut dem Pflegedienstleiter individuell und subjektiv sein, den Wert des Schmerzes berücksichtigen, den Menschen ernst nehmen und effektiv sein. Die Frage sei stets: «Was ist richtig in dieser Situation?»

Schmerz muss man bekämpfen

«Schmerz muss sein, aber er muss nicht bleiben», war die Ansicht von Wolfhard S. Hüsken, Pflegeexperte HöFa II, der über Erkenntnisse der Pflegeforschung für die Pflegepraxis referierte. «Wir Pflegenden müssen etwas gegen die Schmerzen unternehmen. Dabei denke

ich nicht nur an Medikamente, sondern auch an andere hilfreiche Massnahmen wie Lagerung, physikalische Methoden und dergleichen.» Schmerz habe oft einen Zweck, er könne aber keinen Sinn haben und auch keinen Sinn machen. Nur der Schmerzgeplagte könne in ihm einen Sinn sehen und ihm einen Sinn geben.

«Schmerz zerstört die Persönlichkeit. Deshalb ist es eine grundlegende Erfordernis der Menschenwürde, Schmerz zu bekämpfen», so der Referent. Die Pflegenden hätten den Auftrag, den Schmerz zu bekämpfen, nicht zu bewerten. Letzteres sei Sache des Patienten. Ziel der Schmerzbekämpfung sei das Ermöglichen normaler Aktivität und nicht die Schmerzfreiheit.

Komplementärmedizin in Braunwald

Wie die Höhenklinik Braunwald komplementär-medizinische Methoden zur Schmerzbekämpfung einsetzt, legte zum Schluss Chefarzt Dr. med. Rolf Schwab dar. Das kombinierte komplementär- und schulmedizinische Angebot richtet sich an chronische Schmerzpatienten, an Patienten mit Allergien sowie an solche mit dem Chronic-Fatigue-Syndrom. Das Grundprogramm DEBA befasst sich mit Diät, Entspannung, Bewegung und Atmung, das zweite Programm BIOS besteht aus den Punkten Basisdiagnostik, Informationserweiterung, Ordnungstherapie und seelische Balance.

Dabei gibt es im Braunwalder Angebot ganz verschiedene Therapien, von Akupunktur bis zur Zahnmedizin. Detailliert stellte der Chefarzt die Neuraltherapie, die beispielsweise Störfelder wie Narben gezielt angeht, und die Gesprächstherapie, die er bei Schmerzpatienten als zentral erachtet, vor. Eindrücklich waren auch seine Fallbeispiele.

Freude am Beruf behalten

mb.- Die Fortbildungstagung der Pflegeschule Glarus fand im Rahmen des kantonalen Weiterbildungskonzeptes statt. Gewachsen aus dem ursprünglichen Weiterbildungsangebot für Ehemalige der Schule, bieten sich heute verschiedene Institutionen im Gesundheitswesen gegenseitig Weiterbildungen an. Dazu gehören neben der Pflegeschule das Kantonsspital Glarus, das Spital Lachen, die Höhenklinik Braunwald, die Spitex, Pro Infirmis, Pro Senectute, der Heimverband des Kantons Glarus und das Schweizerische Rote Kreuz, Sektion Glarus. Vertretungen aus diesen Institutionen treffen einander regelmässig, um die Fortbildungen zu koordinieren. «Das ist einmalig in der Schweiz», sagen Willi Koller, Schulleiter der Pflegeschule Glarus, und Ausbildungsverantwortlicher Johannes Thoma. Es sei ein Angebot für Pflegende zum bessern Verständnis der Pflegesituation mit dem Ziel, die Kompetenz zu erhöhen, die Freude am Beruf zu behalten, Burnout zu vermeiden und die Zusammenarbeit der verschiedenen Institutionen zu fördern. Die Weiterbildungsangebote sind übrigens auch im Internet aufgelistet: www.sozialinfo-gl.ch
