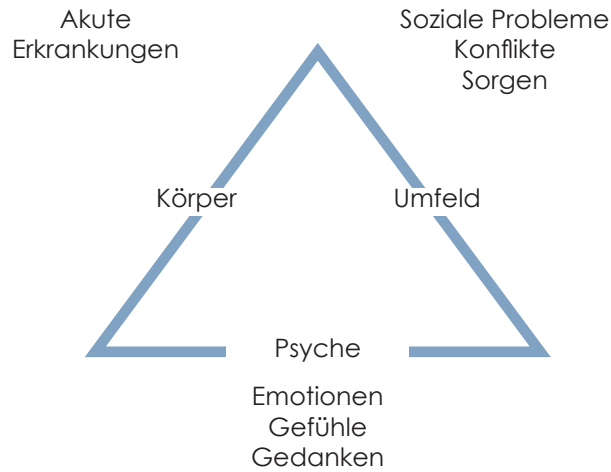


Faktoren, die den Schmerz verstärken



FAKTOREN, DIE DEN SCHMERZ
VERRINGERN KÖNNEN:

Wärme

Kälte

Aufmerksamkeit

Berührung

Bewegung

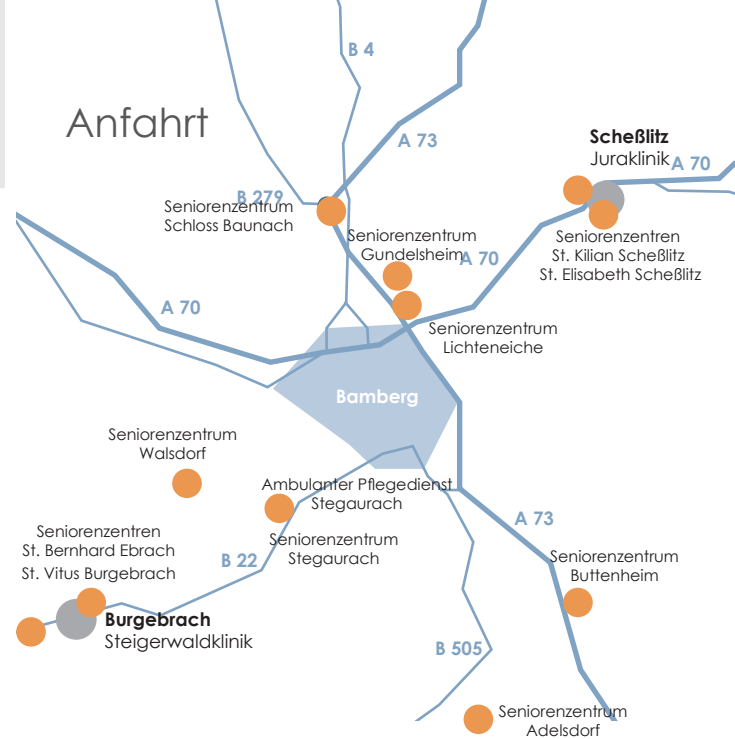
Belastung

Ruhe

Medikamentöse Therapie

Wichtig:

Alle Menschen und ihre Empfindungen sind individuell - was sich für den einen als positiv auf seine Befindlichkeit auswirkt, kann für den anderen eine Verstärkung der Symptomatik bedeuten. Daher ist jede Person als Individuum zu betrachten und das oberste Gebot ist die Selbstbestimmung.



Ihre Ansprechpartner:

Wenden Sie sich vertrauensvoll an die **Pflegfachkraft** in Ihrer Klinik oder in Ihrer Senioreneinrichtung.

Unsere Mitarbeiter*innen informieren Sie gerne auch in einem persönlichen Gespräch.

Gemeinnützige Krankenhausgesellschaft
des Landkreises Bamberg mbH
Oberend 29 - 96110 Scheßlitz
Telefon: 09542-779-0
Telefax: 09542-779-199
E-Mail: info@gkg-bamberg.de
www.gkg-bamberg.de

Gemeinnützige Krankenhausgesellschaft
des Landkreises Bamberg mbH



Stand: 01/2022

Wir sorgen für Sie.
Bis ins hohe Alter.

SCHMERZ



GKG

Gesundheit & Lebensqualität
für die Region Bamberg

Gemeinnützige Krankenhausgesellschaft
des Landkreises Bamberg mbH

www.gkg-bamberg.de

Schmerz ist ein Warnsignal des Körpers!

Hierbei handelt es sich um ein unangenehmes Sinnes- und Gefühlserlebnis, das mit einer tatsächlichen oder drohenden Gewebeschädigung verknüpft ist oder mit Begriffen einer solchen Schädigung beschrieben wird.

Für das Phänomen Schmerz gibt es die verschiedensten Verbalisierungen bzgl. der Schmerzquantität - stechend, bohrend, pochend, brennend, klopfend. Ebenso wird auch die Schmerzqualität von den betroffenen Personen immer unterschiedlich beschrieben. Dies rührt daher, dass jeder Mensch seine Schmerzen anders empfindet und wahrnimmt.

Für die Betroffenen ist der Umgang mit der Schmerzsymptomatik und den Auswirkungen auf das Alltagsleben eine große Herausforderung.

Schmerzen dürfen kein Tabu-Thema für den Betroffenen sein, daher ist es wichtig, Informationen, Beratungen und jegliche Unterstützungen anzunehmen.

Mit diesem Flyer möchten wir Ihnen Antworten auf häufig gestellte Fragen und Tipps im Umgang mit der Symptomatik Schmerz geben.

Ihr Pflegeteam

Wenn Sie unsere Hilfe benötigen, läuten Sie oder sprechen Sie uns an.

Wir unterstützen Sie gerne.

Merkmale akuter Schmerz

Hält für kurze Zeit an

Schonen, Medikamente oder Operation

Ursache bekannt und behandelbar

Schmerzen eliminieren

Warnsignal ans Gehirn

Schmerzfrei bei richtiger Behandlung

Hält der Schmerz länger als 3 Monate an, so ist er nicht mehr akut sondern chronisch.

Merkmale chronischer Schmerz

Dauerhaft ab 3 Monaten

Ärztliche Langzeitbetreuung

Ursache unbekannt oder nicht heilbar

Schmerzmanagement, Lebensqualität erhalten

Überlastungsschutz oder Fehlfunktion

Psychische Belastung, Alltagsbeschränkung

Gesichtsausdruck

Ängstlich, traurig, sorgenvoll gequält, verzerrt

Lautäußerungen

Klagen, stöhnen, ächzen, weinen, lautes Rufen, schimpfen

Körpersprache

Angespannte Haltung, nervöses Hin-/Hergehen, nesteln, angezogene Knie, geballte Fäuste, schlagen

Körperhaltung

Vermeidungsverhalten, gekrümmte Haltung, Schonhaltung

Atmung

Angestrengt, beschleunigt, verlangsamt, Atempausen

Schmerzen zu haben ist für viele oft ein Tabu-Thema und es wird nicht darüber gesprochen. Daher ist es im Alltag wichtig auf die oben aufgeführten Anzeichen zu achten. Gerade bei Menschen mit Demenz spielt die Beobachtung eine große Rolle, denn diese sind häufig nicht mehr in der Lage ihren Schmerz zu verbalisieren und somit auf Hilfe von Dritten angewiesen.

