

Medikamente allein helfen nicht immer

Experten: Schmerzen ganzheitlich behandeln

Akute oder auch chronische Schmerzen können viele Ursachen haben. Tipps für den richtigen Umgang damit gaben gestern Experten am NWZ-Telefon.

KATJA EISENHARDT

Göppingen. Der Weg bis zur richtigen Diagnose bei akuten oder chronischen Schmerzen ist oft lang. Gestern beantworteten Dr. Gerhard Müller-Schwefe, Facharzt für Allgemeinmedizin und Anästhesie, Dr. Christian Grill, Facharzt für Chirurgie, Dr. Matthias Milius, Facharzt für Anästhesie, und Dr. Daniela Passani, Fachärztin für Anästhesie, die Fragen von rund 70 Betroffenen und Interessierten.

Wann ist der richtige Zeitpunkt für eine Hüftprothese?

Vor allem bei älteren Menschen sollte eine Prothese in Betracht gezogen werden, je relevanter ihre Mobilitätseinschränkung wird. Mittlerweile gibt es zahlreiche verschiedene Prothesen auf dem Markt, die individuell – sprich je nach Alter und Vorerkrankungen (Osteoporose) – ausgewählt werden.

Was tun bei chronischen Rückenschmerzen, wenn der Rücken bereits geröntgt wurde?

Ein Röntgenbild allein reicht oft nicht, um die wahre Ursache des Schmerzes erkennen zu können. Da bedarf es einer umfassenden Untersuchung. Oft spielen Faktoren wie mangelnde Bewegung oder auch Haltungsfehler eine wichtige Rolle. Die Behandlung kann sich beispielsweise aus der Gabe von Medikamenten sowie Akkupunktur zusammensetzen.

Woher kommen prickelnde und brennende Schmerzen?

Hier liegt eine Schädigung der Nerven vor – beispielsweise durch Ope-

rationen, Unfälle oder Diabetes- und Stoffwechselerkrankungen. Meist sind diese Patienten sehr berührungsempfindlich. Normale Schmerzmittel wie Ibuprofen reichen nicht, vielmehr werden Medikamente eingesetzt, die sonst zur Behandlung von Epilepsie verordnet werden. Dazu muss mit geeigneten Therapiemethoden die eigene Schmerzkontrolle verbessert werden. Gerade bei chronischen Schmerzen ist die interdisziplinäre Arbeit wichtig.

Was tun bei Zahn- und Gesichtsschmerzen?

Auf jeden Fall nicht vorschnell schmerzende Zähne entfernen lassen. Häufig ist eine Fehlstellung von Kiefer, Biss und Kopf der Grund. Auch Knirschen verursacht Schmerzen. Hier sollte ein Spezialist – dazu zählt auch der Neurologe – aufgesucht werden.

Wie unterscheidet man Migräne vom Spannungskopfschmerz?

Migräne ist oft nur halbseitig, während beim Spannungsschmerz der gesamte Kopf schmerzt. In diesem Fall hilft Bewegung, zu viele Schmerzmittel verstärken die Beschwerden. Auch bei Migräne kann Joggen oder Schwimmen vorbeugend wirken. Ein geregelter Tagesablauf ist wichtig. Ein Migräneanfall kann mit der so genannten Biofeedback-Therapie abgemildert werden.

Wie kann man chronische Schmerzen mit Ayurveda behandeln?

Für die richtige ganzheitliche Behandlung müssen Faktoren wie die körperliche Konstitution, die Ernährung und sonstige Lebensumstände beachtet werden. Auch das Alter spielt eine Rolle. Bei der traditionellen indische Heilkunst wird mit entsprechenden Kräutern, Gewürzen und Ölen gearbeitet.



Sie informierten zum Thema Schmerz (v.l.): Dr. Daniela Passani, Dr. Matthias Milius, Dr. Christian Grill und Dr. Gerhard Müller-Schwefe. Foto: Giacinto Carlucci