

**NEU!**

## **Psychologische Aspekte des Schmerzes**

Körperliche und psychologische Ebene berücksichtigen

# Psychologische Aspekte des Schmerzes

## Körperliche und psychologische Ebene berücksichtigen

### Einleitung

Bei Verletzungen am Bewegungsapparat hat der Schmerz eine wichtige Warnfunktion, um den Körper vor weiteren Verletzungen zu schützen und eine Heilung zu ermöglichen. Du kennst solche Patienten aus Deiner Praxis, durch Deine Behandlung lässt der Schmerzen nach einiger Zeit in der Regel nach. Manchmal stößt Du aber auf Schwierigkeiten, der Auslöser lässt sich vielleicht nicht beseitigen und die Patienten werden unzufrieden und verunsichert.

Entwickelt sich dabei der Schmerz zu einer eigenständigen Krankheit, entsteht ein chronischer Schmerz, eine gefürchtete Komplikation in medizinischen Kreisen. Dabei lässt ein andauernder Schmerzreiz die Nervenzellen mit der Zeit immer empfindlicher auf die Reize reagieren und die Schmerzschwelle sinkt. Das Problem dabei ist die Schwierigkeit, die genauen Mechanismen zu erkennen.

Neben funktionellen Störungen im muskulo-skelettalen System, sind es vor allem psychosoziale Risikofaktoren, die eine wichtige Rolle spielen. Deine Patienten erzählen Dir sicher von Stress bei der Arbeit und in ihren Beziehungen, aber kennst Du auch deren direkten Auswirkungen auf den Körper? Genauso wichtig sind auch die individuellen Reaktionen der Patienten auf ihren Schmerz, unrealistische Befürchtungen über den Schweregrad der Verletzung, sowie zu passive oder überaktive Verhaltensweisen - also ausgeprägte Schonhaltung oder zu viel Aktivität. Diese Verhalten können dazu führen, dass der Schmerz erhalten bleibt und körperliche und soziale Aktivitäten eingeschränkt werden können. Diesen wichtigen Zusammenhang zwischen körperlichen Beschwerden und individuelle Reaktionen auf den Schmerz gilt es zu verstehen, beim Patienten zu erkennen und mit ihm zusammen seine Motivation für die Lösung seiner Beschwerden zu erarbeiten.

**Handlungs-  
kompetenzen  
(Ziele)**

Die Teilnehmenden kennen

- theoretische Schmerzkonzepte und können diese theoretischen Kenntnisse in die Praxis umsetzen
- den Zusammenhang zwischen körperlichen und psychischen Faktoren und können diese ihren Patienten erklären
- ihre Fähigkeiten, psychosoziale Probleme anzusprechen
- verschiedene Möglichkeiten, um psychosoziale Faktoren zu untersuchen

**Inhalte**

Theoretische Schmerzkonzepte und neueste wissenschaftliche Erkenntnisse werden erklärt, wobei auf bestehendes Wissen aufgebaut werden soll. Auf die Umsetzung der Theorie in die tägliche Praxis wird grossen Wert gelegt. Dabei werden Assessments, Befragung und Beratung von Patienten besprochen.

**Methoden/  
Arbeitsweisen**

50% Theorie und 50% Praxis

- Theoretische Einführung ins Thema
- Einzel- und Gruppenarbeit

**Maximale  
Gruppengrösse**

20 Teilnehmende mit einer Lehrperson

**Zielgruppe**

Fachpersonen für Physiotherapie, Ergotherapie, Osteopathie, Sporttherapie und med. Massage

**Teilnahme-  
voraussetzungen**

Berufsdiplom

## Bemerkungen

Dies ist ein Kurs aus der Kursreihe «Der Schmerzpatient». In 5 Kursen werden Themen rund um den Schmerzpatienten von allen Seiten beleuchtet. Zu physiologischen, psychologischen, biopsychosozialen Themen, zu Medikation und zu physischer Aktivität kommen unterschiedlich spezialisierte Fachleute zu Wort. Weitere Kurse in dieser Kursreihe sind:

- Nach Schmerzmechanismen diagnostizieren, befunden und behandeln (Prof. Dr. Hannu Luomajoki)
- Physische Aktivität und Training bei Schmerz (Arjen van Duijn)
- Kommunikation und Patientenedukation (Fabian Pfeiffer)
- Schmerzmedikation und Red Flags (Dr. Christoph Gorbach)

## Dozent

Dr. Sabina Hotz Boendermaker



- Doktor in Neurowissenschaften, Psychologin
- Physiotherapeutin
- Verschiedene Publikationen in wissenschaftlichen Zeitschriften

Kursort	Winterthur
Kurs	21633
Datum	3. + 4. Juli 2021
Zeiten	9.00 bis 17.00 Uhr
Kosten	CHF 480.–