



**Deutsche Schmerzgesellschaft e.V.**  
Sektion der International Association for the Study of Pain (IASP)



Deutscher Schmerzkongress 2015

Jahrestagung der Deutschen Schmerzgesellschaft e. V. und der Deutschen Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft (DMKG) e. V. vom 14. bis 17. Oktober 2015 in Mannheim

## **Schmerz als lebenslanger Begleiter Prävention und Behandlung sind altersabhängig und beginnen im Alltag**

**Mannheim, Oktober 2015 – In Deutschland leiden etwa 13 Millionen Menschen an chronischen Schmerzen. Kinder und Jugendliche sind ebenso betroffen wie Erwachsene. Prävention und Behandlung brauchen individuelle und auf das Alter abgestimmte Konzepte. Welche Bedeutung das Lebensalter, Risikofaktoren und psychische Aspekte haben und wie Schmerzen erfolgreich behandelt werden können, diskutieren Experten auf der Pressekonferenz zum diesjährigen Deutschen Schmerzkongresses (14. bis 17. Oktober) in Mannheim.**

Wehen, Geburt, Zahnen oder Krankheiten: Schmerz gehört zum Leben und begleitet jeden Menschen in jedem Lebensalter. Wenn Schmerz akut auftritt, warnt er und verweist auf die das Gefühl hervorrufende Körperpartie. Ohne Schmerz und seine Begleitung von Beginn des Lebens an könnten Menschen nicht überleben. Wird er aber ein chronischer Begleiter, suchen viele Menschen Rat bei einem spezialisierten Arzt oder Psychotherapeuten.

### **Auch Kinder können chronische Schmerzen haben**

Für die Behandlung von chronischen Schmerzen ist dabei das Alter des Schmerzpatienten wichtig: „Entgegen früherer Annahmen, das Nervensystem sei noch nicht ausgereift genug, um Schmerz zu verarbeiten, wissen wir heute, dass bereits „Frühchen“ und Neugeborene sehr wohl Schmerz empfinden“, erklärt Dipl.- Psych. Dr. Paul Nilges, Leitender Psychologe am DRK Schmerz-Zentrum in Mainz. Kinder könnten sich schlecht mitteilen, das Schmerzempfinden sei dennoch vollständig entwickelt und bereit, auf körperliche Schädigungen zu reagieren. Die Folgen wiederholter schmerzhafter Eingriffe in dieser Zeit seien bis in das Erwachsenenalter nachweisbar.

„Typische Erwachsenenschmerzen wie Rücken- und Kopfschmerzen werden bei Kindern oftmals bagatellisiert“, beanstandet Dr. Nilges. Tatsächlich litten aber bereits Schulkinder überraschend häufig unter Kopfschmerzen und vor allem unter Bauchschmerzen, was zur Folge habe, dass sie häufiger im Unterricht fehlten und es zu Problemen in der Schule komme.

### **Funktionsstörungen sind häufig die Ursache von Schmerzen**

Dr. Nilges erläutert: „Die häufigsten Schmerzformen wie Migräne und Spannungskopfschmerz können nicht durch krankhafte Veränderungen erklärt werden. Das erklärt auch, weshalb nicht die

Ursachen, sondern meist nur die Symptome behandelt werden können.“ Ähnlich sei die Lage bei Rückenschmerzen. Über 80 Prozent aller Menschen leiden irgendwann im Leben unter ausgeprägten Rückenschmerzen. Bei weniger als 20 Prozent spielten dabei ernsthafte körperliche Veränderungen eine Rolle. Ursache für die Mehrzahl der „unspezifischen“, also normalen Rückenschmerzen, sind sogenannte Funktionsstörungen. Dr. Nilges: „Das Zusammenspiel zwischen Muskeln, Bändern, Gelenken und Sehnen ist gestört.“

### **Rücken- und Kopfschmerzen nehmen im Alter ab**

In der Bevölkerung ist die Vorstellung verbreitet, dass mit dem Alter jede Form von Schmerzen zunehme, Schmerzen also zum Altern dazu gehörten und die Konsequenzen – wie eine eingeschränkte Lebensqualität und Mobilität – hingenommen werden müssten. Der Schmerzexperte Nilges hält dagegen und sagt, dass die wichtigsten Schmerzformen wie Kopf-, Gesichts- und Rückenschmerzen mit dem höheren Lebensalter abnehmen. „Menschen über 80 haben weniger Rückenschmerzen als 50 oder 60-jährige, sogar weniger als die Menschen unter 40: Die 80-Jährigen haben die wenigsten Rückenschmerzen aller Altersgruppen, eine Erkenntnis, die Hoffnung gibt“, fasst Dr. Nilges zusammen.

Psychische Belastungen wie Unzufriedenheit am Arbeitsplatz, Stress in der Schule, belastende Lebensumstände, Schonung, fehlende Aktivitäten und mangelnde Entspannungsfähigkeit sind Risikofaktoren für chronische Schmerzen. „Prävention und Behandlung von Schmerz beginnen im Alltag. Wenn die Risikofaktoren erkannt und berücksichtigt werden, können umfassende Therapieansätze entwickelt werden, die das Alter und die Lebensumstände des Schmerzpatienten berücksichtigen – von Kleinkind bis zum Greis“, bilanziert Dr. Nilges.

Auf der Pressekonferenz des Deutschen Schmerzkongresses am 14. Oktober in Mannheim diskutieren die Experten darüber hinaus über die Themen „Schmerztherapie und Gesundheitspolitik“, „Qualitätssicherung in der Versorgung von Kopfschmerzpatienten“ und den Einfluss des Alterns auf Schmerzen.

#### **Literatur:**

Dipl. Psych. Dr. Paul Nilges, Redemanuskript, Pressekonferenz Deutscher Schmerzkongress 14.10.2015

#### **Terminhinweise:**

##### **Pressekonferenz**

anlässlich des Deutschen Schmerzkongresses der Deutschen Schmerzgesellschaft e. V. und der Deutschen Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft e. V. vom 14. bis 17. Oktober 2015

**Termin:** Mittwoch, 14. Oktober 2015, 11:00 bis 12:00 Uhr

**Ort:** Congress Center Rosengarten Mannheim, Raum: „Christian Cannabich“

**Anschrift:** Rosengartenplatz 2, 68161 Mannheim

**Symposium: 26 - Chronische Schmerzen zwischen 8 und 80! Altersadaptierte multimodale Behandlungskonzepte**

**Vorsitz:** P. Nilges (Mainz), B. Zernikow (Datteln)

**Termin:** Freitag, 16. Oktober 2015 15:00 bis 16:30 Uhr

**Ort:** Congress Center Rosengarten Mannheim, Raum: Alban Berg

**Anschrift:** Rosengartenplatz 2, 68161 Mannheim

**Symposium: 16 - Schmerz im Leben/Schmerzerleben – alterspezifische Aspekte von häufigen Schmerzerkrankungen**

**Vorsitz:** C. Geber (Mainz) und T. Jürgens (Hamburg/Pinneberg)

**Termin:** Freitag, 16. Oktober 2015 08:30 bis 10:00 Uhr

**Ort:** Congress Center Rosengarten Mannheim, Raum: Musensaal

**Anschrift:** Rosengartenplatz 2, 68161 Mannheim

Das komplette Kongressprogramm und weitere Informationen finden Sie im Internet unter

[www.schmerzkongress2015.de](http://www.schmerzkongress2015.de)

**Zum Deutschen Schmerzkongress:**

Der jährlich stattfindende Deutsche Schmerzkongress reflektiert die enorme Bedeutung des Symptoms Schmerz in sämtlichen Bereichen der Medizin und das stetige Bemühen der Schmerzexperten, den Schmerz wirksam(er) zu bekämpfen. Das Motto für den Kongress 2015 SCHMERZ IM LEBEN – SCHMERZ (ER)LEBEN bringt zum Ausdruck, dass Schmerzen eine Grundgegebenheit des Lebens sind und dass das Erzielen von Schmerzfreiheit ein Anspruch ist, dem Schmerzmediziner und Psychologen im ganzen Lebenszyklus gerecht werden wollen. Mit rund 60 wissenschaftlichen Symposien, darunter Pflegesymposien und Dutzenden Kursen und Seminaren, deckt der Schmerzkongress das gesamte Themenspektrum der Schmerzdiagnostik und -therapie ab. Mehr als 2500 Teilnehmer – Mediziner verschiedener Fachgebiete, Psychologen, Pflegende, Physiotherapeuten und andere – werden erwartet.

Bei Veröffentlichung Beleg erbeten.

**Kongress-Pressestelle**

Deutscher Schmerzkongress 2015

Dagmar Arnold

Postfach 30 1 20

70451 Stuttgart

Tel.: 0711 8931-380

Fax: 0711 8931-167

E-Mail: [arnold@medizinkommunikation.org](mailto:arnold@medizinkommunikation.org)

[www.schmerzkongress2015.de](http://www.schmerzkongress2015.de)

Thomas Isenberg

Geschäftsführer der Deutschen Schmerzgesellschaft e.V.

Alt-Moabit 101 b

10559 Berlin

Tel.: 030 39409689-1

Fax: 030 39409689-9

E-Mail: [presse@dgss.org](mailto:presse@dgss.org)

[www.dgss.org](http://www.dgss.org)