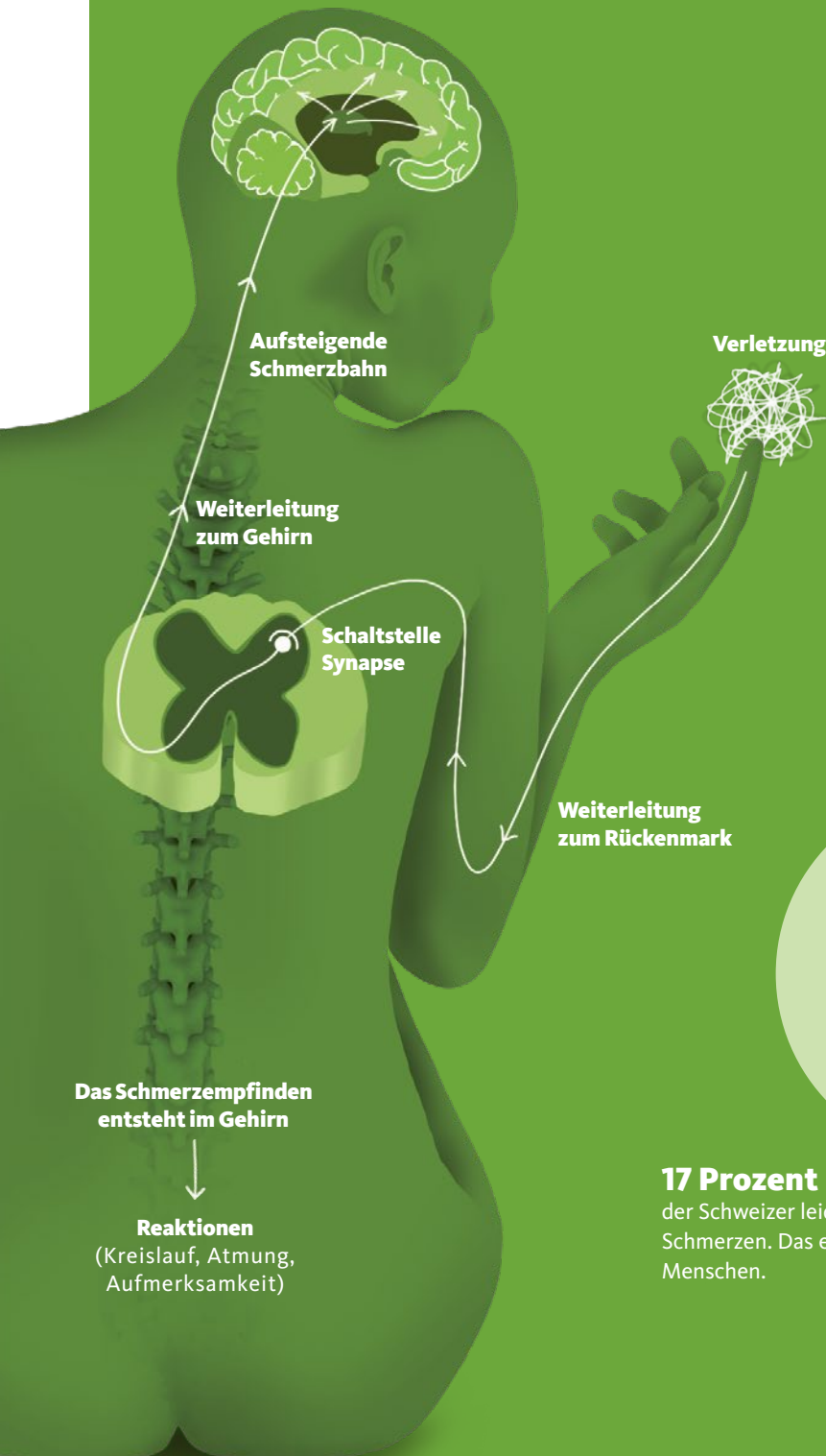


Der Schmerz

Kopfschmerzen und Schwindel gehören zu den häufigsten Gründen, warum Patienten einen Arzt aufsuchen. Wie aber entstehen Schmerzen? Welche Arten gibt es? Und wie werden sie behandelt?

TEXT GASTON HAAS UND TAMARA TIEFENAUER
 BILD JACQUELINE MÜLLER UND DANA BERKOVITS

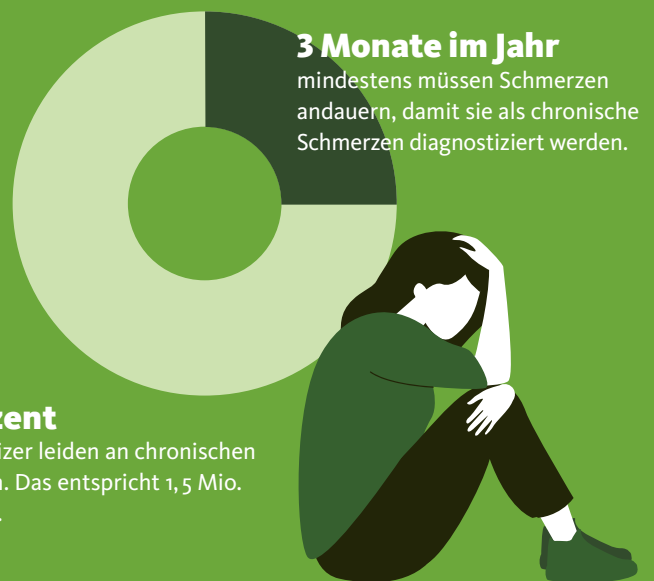


Wie entsteht Schmerz?

Die Schmerzempfindung ermöglichen die sogenannten Nozizeptoren – besondere Sinneszellen, die schmerzauslösende Reize erkennen. Ein solcher Reiz kann zum Beispiel von aussen kommen wie Hitze oder Druck, er kann aber auch im Körper entstehen, beispielsweise bei einer Entzündung. Die Schmerzreize werden als Nervensignale zunächst zum Rückenmark geleitet. In diesem Fall handelt der Körper blitzschnell: Wir ziehen die Finger vom heissen Topfdeckel weg, oder das Bein knickt plötzlich ein, wenn wir auf etwas Spitzes treten. Die Reflexe entstehen ungewollt im Rückenmark und sollen den schmerzverursachenden Reiz beenden.

Im Rückenmark werden die Reize verarbeitet und an das Gehirn gesendet. Erst dort wird das Signal in eine unangenehme Empfindung umgewandelt und gespeichert.

Chronische Schmerzen



17 Prozent
 der Schweizer leiden an chronischen Schmerzen. Das entspricht 1,5 Mio. Menschen.



Kopfschmerzen

Cluster-, Spannungs- und Migränekopfschmerzen sind die bekanntesten, es gibt aber über **200** verschiedene Arten von Kopfschmerzen.

14 Prozent
aller Menschen leiden an Migräne

60 Prozent
an Spannungskopfweg

3 Prozent
an chronischen Kopfschmerzen

Clusterkopfschmerz



15 Minuten bis 3 Stunden



Wochen bis Monate, oft im Schlaf

Spannungskopfschmerz



30 Minuten bis wenige Tage



mindestens einmal pro Jahr

Migränekopfschmerz



4 bis 72 Stunden



ein- bis sechsmal pro Monat

Die häufigsten Schmerzmittel und wann sie helfen

Wirkstoff	Nebenwirkungen	Schmerzen	Fieber	Entzündungen
Acetylsalicylsäure (ASS) z.B. Aspirin, Aspegic	Hemmt die Blutgerinnung, häufig Magenbeschwerden			
Paracetamol z.B. Dafalgan, Neocitran, Panadol	Belastet die Leber, v.a. bei hoher Dosierung			
Ibuprofen z.B. Alges, Algifor	Selten Magenbeschwerden			
Diclofenac z.B. Ecofenac, Olfen, Voltaren	Magen-/Darmbeschwerden			

Jede **vierte** Person in der Schweiz nimmt wöchentlich Schmerzmittel zu sich. Es sind die am häufigsten konsumierten Medikamente.

Regelschmerzen

Regelschmerzen können gleich stark sein wie die Schmerzen bei einem Herzinfarkt.

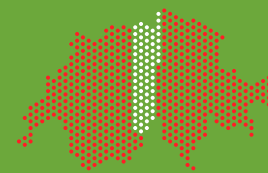
Fast alle Frauen leiden an Regelschmerzen – einige mehr, andere weniger. Besonders starke Schmerzen während der Periode können aber eine ernste Ursache haben: Etwa **jede zehnte Frau** ist von Endometriose betroffen. Dabei siedelt sich Gebärmutterhaut ausserhalb des Organs an.



6 Jahre

dauert es im Schnitt, bis Endometriose entdeckt wird.

Rückenschmerzen



88 Prozent

der Schweizerinnen und Schweizer leiden mindestens einmal im Leben unter Rückenschmerzen.

22 Prozent

der im Jahr 2020 befragten Schweizerinnen und Schweizer gaben an, mehrmals pro Woche unter Rückenschmerzen oder Verspannungen zu leiden.

4800

Bandscheibenoperationen werden in der Schweiz jährlich durchgeführt. Das entspricht etwa einem Drittel der Badener Bevölkerung.

