

«Viele warten zu lange, bis sie in die Schmerztherapie kommen»

Wer seinen Alltag schmerzfrei bestreiten darf, sollte kurz innehalten und dankbar dafür sein. Denn es gibt Menschen, die permanent von teils kaum aushaltbaren Schmerzen geplagt werden, deren Ursachen häufig unklar sind. Bettina Kleeb leitet das Interdisziplinäre Schmerzzentrum des Spitals Emmental und befasst sich gemeinsam mit ihrem Team mit akuten und chronischen Schmerzen aller Art.

TEXT LUK VON BERGEN BILD NINA DICK

Ob Schmerzen im Kopf, Bauch oder Rücken, Beschwerden in den Muskeln, sämtlichen Gliedern oder den Organen: Es gibt kein Körperteil, keinen Bereich des Körpers, der nicht in irgendeiner Form wehtun kann. Aber was genau bedeuten Schmerzen? «Schmerzen sind ein Alarmsignal des Körpers», sagt Bettina Kleeb. «Sie zeigen uns, dass etwas nicht mehr stimmt.» Ob leicht oder einfach unangenehm, gerade noch auszuhalten oder schwer: Schmerzen erfüllen also eine wichtige Funktion. «Das Thema ist äusserst vielschichtig. Das macht es zwar kompliziert, aber für mich als Ärztin auch sehr spannend.» Grundsätzlich sei es wichtig, Schmerzen und ihre Auswirkungen ganzheitlich anzuschauen, also nicht nur aus medizinischer Sicht. «Es kommt vor, dass jahrelange Schmerzen auf wundersame Weise wieder verschwinden. Zum Beispiel, wenn jemand seinen Lebensstil, die Arbeitsstelle oder die Ernährung ändert.» Das ist aber eher der Ausnahmefall. Denn es gibt auch chronische Beschwerden, die ein Leben lang anhalten. «Da geht es darum, den Patientinnen und Patienten eine gewisse Lebensqualität zurückzugeben, was durchaus möglich ist», sagt Bettina Kleeb. «Ich kenne einige Menschen, die unter permanent starken Schmerzen leiden und sich trotzdem glücklich fühlen.»

Schmerzen haben viele Gesichter

In der Schmerztherapie des Spitals Emmental geht es darum, dem Ursprung der Schmerzen auf die Spur zu kommen. Bettina Kleeb: «Grundsätzlich unterscheiden wir zwischen akuten und chronischen Schmerzen.» Akute Schmerzen plagen eine Patientin oder einen Patienten während einer Zeitdauer von zwei Wochen bis zirka drei Monaten. In solchen Fällen liegt meist eine konkrete Diagnose vor, die Beschwerden hängen dann mit einer Operation, einer Verletzung oder einer Krankheit zusammen. «Da wissen wir, wo das Problem liegt. Gemeinsam mit den Betroffenen finden wir die richtige Therapieform.» Bei chronischen Schmerzen ist die Ausgangslage weit komplexer, da die Ursachen im Dunkeln liegen. Oft kommen die Patienten erst sehr spät in die Schmerztherapie. «Studien zeigen, dass es etwa acht Jahre dauert und durchschnittlich acht Spezialisten konsultiert werden, bis die Leute bei uns landen.» Es kämen nicht selten Betroffene in die Sprechstunde, die stapelweise medizi-

nische Abklärungsdokumente mitbringen und unzählige Untersuchungen hinter sich haben. «Diese Informationen helfen uns weiter. Sie sind eine Art Wegweiser, die uns zeigen, wo der Weg eben nicht hinführt.»

Die individuelle Therapie finden

Je länger die Leidensgeschichte, desto stärker kann sich der Schmerz auf die Persönlichkeit der Patientinnen und Patienten auswirken. «Mich interessiert, wer der Mensch ist – mit und ohne Schmerzen», sagt Bettina Kleeb. «Im Gegensatz zu anderen medizinischen Disziplinen befassen wir uns mit jedem Detail: Wie ernährt sich der Betroffene; wie entspannt und erholt er sich; wie steht er im Leben; was ist seine Biografie?» Es geht also nicht nur um schmerzende Körperstellen, um Krankenakten, Röntgen- oder MRI-Aufnahmen, sondern um eine Betrachtungsweise, die den Menschen mit all seinen Facetten in den Fokus stellt. Auch psychischen Zusammenhängen geht die Schmerztherapie auf den Grund. «Wir arbeiten interdisziplinär.» Das heisst, es finden regelmässig Besprechungen mit anderen Spezialisten statt. «Dieser Austausch ist enorm wertvoll. Oft helfen einem die Erfahrungen anderer Ärzte im Umgang mit den eigenen Patienten weiter oder bringen einen auf neue Ideen.» Entscheidend sei, gemeinsam mit den Betroffenen ein individuelles Behandlungskonzept zu definieren. Von der eher klassischen medikamentösen Behandlung über komplementärmedizinische und alternativmedizinische Ansätze, Akupunktur oder Manualtherapie bis zur Selbsthypnose: «Uns ist wichtig, dass die Therapie auch den Wertvorstellungen der Betroffenen entspricht. So sind die Aussichten auf Heilung oder Linderung am grössten.»



Wollen Sie mehr über das Schmerzzentrum erfahren?
spital-emmental.ch/schmerztherapie



Bettina Kleeb (47)

ist eine waschechte Emmentalerin aus Rüegsbach. Ihre Fachgebiete sind Anästhesie und Schmerztherapie. Weiter ist die Leiterin des Schmerzzentrums Emmental spezialisiert auf Psychosomatische und Psycho-soziale Medizin, Medizinische Hypnose und Mind Body Medicine.

Das Schmerzzentrum am Spital Emmental

Die Spezialistinnen und Spezialisten der Schmerztherapie sind 24/7 erreichbar und befassen sich mit akuten oder chronischen Schmerzen aller Art. Dazu gehören beispielsweise Rückenschmerzen und alle weiteren Beschwerden des Skeletts, neuropathische Schmerzen, Krankheitsbilder wie Phantomschmerzen oder Schmerzen nach Operationen und Krankheiten sowie chronische Schmerzen ohne nachweisbare Ursachen. Nehmen Sie bei andauernden Schmerzen mit uns Kontakt auf und vereinbaren Sie einen Termin in unserer Schmerzsprechstunde an den Standorten Burgdorf und Langnau.