

Weiterbildung zum Thema Schmerz

ZAP³ Physiotherapeuten erweitern ihre Expertise

Von Dominik Klaes, Bereichsleiter ZAP³ Physiotherapie

In den letzten Jahren und Jahrzehnten wurde auf dem Gebiet Schmerz sehr viel geforscht. Die gewonnenen Erkenntnisse ermöglichen es, das komplexe Phänomen Schmerz immer besser verstehen und behandeln zu können. Namhafte Physiotherapeuten weltweit haben hierbei eine bedeutende Rolle eingenommen. Einer der bekanntesten davon, Lorimer Moseley, war erstmals in Deutschland zu einem zweitägigen Seminar in Stuttgart. Einige der Therapeuten aus unserer ZAP³ Physiotherapie im Racket Center waren dabei.

Zu Beginn der Weiterbildung war es das Ziel, anhand aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse die Entstehung von Schmerzen besser zu verstehen. Im zweiten Schritt ging es darum dieses Wissen auch an Patienten weiter geben zu können. Untersuchungen haben klar gezeigt, dass durch ein besseres Verständnis des Schmerzes auch ein verbesserter Umgang mit der eigenen Schmerz-situation entsteht. Allein dadurch kann der Schmerz oft bereits deutlich reduziert werden.

Bei der Entstehung von Schmerzen können zahlreiche verschiedene Prozesse eine Rolle spielen: Veränderungen der Rezeptoren im Gewebe, im Bereich der Nervenbahnen im Rückenmark oder auch Bildung beziehungsweise Veränderung der Netzwerke von Nervenzellen im Gehirn. Die Veränderungen können vielfältig sein, umso wichtiger ist es Schmerz



Lorimer Moseley erklärte komplexe Inhalte eingängig und verständlich.

auf verschiedenen Ebenen zu betrachten. Ein Beispiel unter vielen hierfür ist eine der möglichen Veränderungen der Gefahren-Rezeptoren im Gebiet der Schmerzwahrnehmung. Befindet man sich zum Zeitpunkt eines Schmerz-Auftretens in einer aufregenden oder stressigen Situation, kann das Veränderungen der Gefahren-Rezeptoren zur Folge haben. In aufregenden und stressigen Situationen schüttet der Körper Adrenalin aus, der Adrenalin Spiegel im Körper ist in diesen Situationen erhöht. Tritt in dieser Situation ein starkes Schmerzerlebnis ein, kann es passieren, dass die Gefahren-Rezeptoren sich mit dem er-

höhten Adrenalin Spiegel verknüpfen. Die Folge davon könnte sein, dass spätere stressige Situationen (z.B. Stress auf der Arbeit oder Privat), auch wenn Sie keine Gefahr für Körpergewebe darstellen, die Gefahrenmelder im Gewebe aktivieren. Die Ausschüttung von Adrenalin aktiviert die Gefahrenmelder, das Gehirn erzeugt ein Schmerzgefühl, der alte Schmerz kann kurzfristig wieder auftauchen.

So lässt sich auch erklären, dass viele Patienten, die ihre Schmerzen eigentlich losgeworden sind, in stressigen oder bedrohlichen Situationen wieder ihren Schmerz kurzfristig zu spüren bekommen.



Die etwa 80 Teilnehmer waren ausnahmslos begeistert von Lorimer Moseley

Diese Vorgänge finden natürlich nicht bei jedem Patienten statt. Sie dienen nur als Beispiel dafür, wie vernetzt die Entstehung des Gefühls Schmerz eigentlich ist.

Neben dem enormen fachlichen Input ist es uns auf dieser Fortbildung gelungen, ein Netzwerk von Physiotherapeuten aus Deutschland, Österreich, der Schweiz und Holland zu knüpfen. Ziel des Netzwerkes ist es, sich weiter in Bezug auf die Optimierung der eigenen Behand-

lungsstrategien zum Thema Schmerz auszutauschen. So bleibt es möglich im ständigen fachlichen Austausch stetig voneinander zu lernen. Hiervon profitieren nicht nur wir Therapeuten sondern in erster Linie unsere Patienten!

Wir hatten zwei herausfordernde und lehrreiche, aber vor allem wundervolle Tage voller fachlicher Weiterentwicklung und mit tollen neuen, den eigenen Horizont erweiternden Bekanntschaften!

Unsere Buchempfehlung



Schmerzen verstehen

von David Butler und Lorimer G. Moseley

Verlag: Springer