

Unser Behandlungsangebot



Wir bieten standardisierte Therapieprogramme für Patienten mit chronischen

- Rückenschmerzen
- Kopfschmerzen
- Nackenschmerzen
- ausgedehnten Schmerzen

Unser Behandlungskonzept

- interdisziplinäre Therapie von Ärzten, Psychologen und Physiotherapeuten
- aufeinander abgestimmte Therapiebausteine
- kontinuierliche Kommunikation während der Behandlung

Unsere Behandlungsziele

- genaue Informationen über Ihre Erkrankung
- Hilfe zur Selbsthilfe
- Förderung aktiver Schmerzbewältigung
- Verbesserung der Lebensqualität
- Schmerzlinderung

Die einzelnen Schritte der Behandlung

Nach der Anmeldung erhalten Sie einen Schmerzfragebogen. Bitte füllen Sie diesen aus und schicken ihn mit allen verfügbaren Vorbefunden an uns zurück. Nach Durchsicht der Unterlagen werden Sie ausführlich medizinisch, psychologisch und physiotherapeutisch untersucht.

Die Behandlung erfolgt ganztags in festen Kleingruppen sowie in regelmäßigen Einzeltherapien durch die persönlichen Therapeuten (Arzt, Psychotherapeut, Physiotherapeut). Tägliche Teambesprechungen steuern und koordinieren den Therapieverlauf. Individuelle Heimprogramme helfen bei der Umsetzung des Erlernten im Alltag. Die Behandlungskosten übernehmen die Krankenkassen.

Eine Behandlung in unserer Tagesklinik – für wen ist sie geeignet?

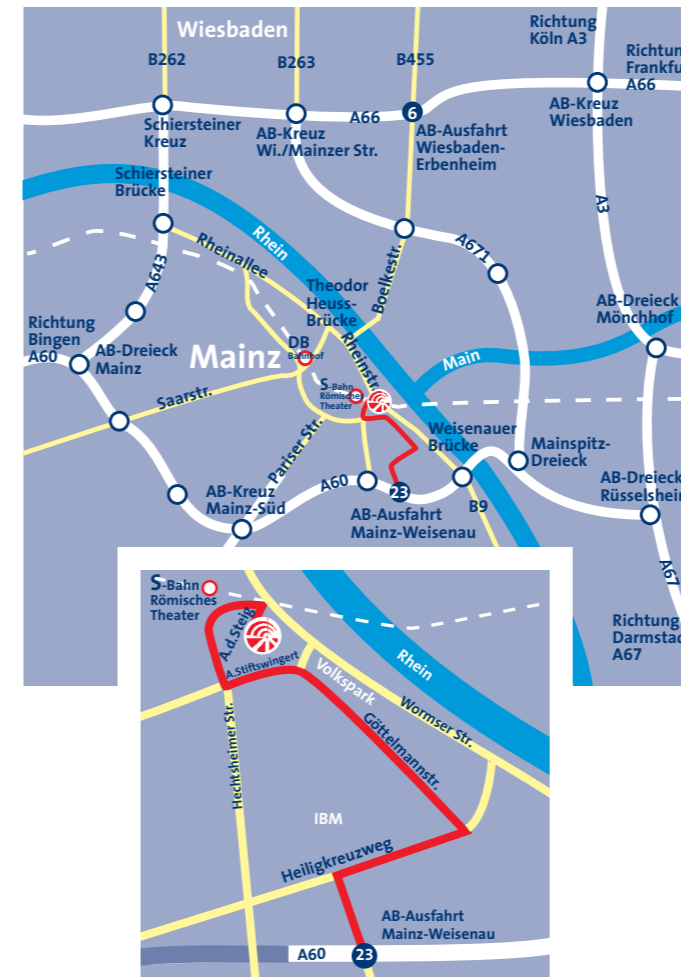
Unser Therapieangebot richtet sich an Patienten, die für ein Aktivprogramm motiviert sind. Das Beherrschende der deutschen Sprache ist für eine effektive Gruppenarbeit erforderlich. Die Wohnortentfernung sollte nicht mehr als 50 km betragen.

Anmeldung

Tel. (061 31) 98 89 51, Frau Hammer

Privatambulanz

Chefarzt **Dr. med. Bernd Nagel**
Anästhesiologie, Chirotherapie, Osteopathie, spezielle Schmerztherapie
Tel. (061 31) 98 89 51
Fax (061 31) 98 89 59
bernd.nagel@drk-schmerz-zentrum.de



DRK Schmerz-Zentrum Mainz
Auf der Steig 16 · 55131 Mainz
Tel. (061 31) 98 80
Fax (061 31) 98 87 05
tagesklinik@drk-schmerz-zentrum.de
www.drk-schmerz-zentrum.de



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

Tagesklinik Neue Strategien im Umgang mit chronischen Schmerzen

DRK Schmerz-Zentrum Mainz



Chronische Schmerzen verstehen und behandeln

Chronische Schmerzen sind grundsätzlich von akuten Schmerzen zu unterscheiden. Akute Schmerzen haben meist eine klare Ursache und sind ein wichtiges Warnsignal unseres Körpers. Sie schützen uns vor Verletzungen und warnen vor Erkrankungen.

Diese Warnfunktion haben chronische Schmerzen verloren. Wie ein „blinder Alarm“ weisen sie nur scheinbar auf eine Gefahr hin. Sie werden durch eine Vielzahl von Einflussfaktoren aufrechterhalten, die sich in einem Teufelskreis wechselseitig verstärken. Chronische Schmerzen bedürfen daher einer umfassenden Therapie.

Schmerz ist individuell. Im Gespräch mit Ihnen und mit unserer interdisziplinären Diagnostik entschlüsseln wir auch anfangs unklare Schmerzbilder. Mit diesem Wissen entwickeln wir eine Therapie für jeden unserer Patienten mit chronischen Schmerzen.

Die wesentlichen Behandlungsbausteine sind dabei:

Medizinische Behandlung

- problemzentrierte therapeutische Gespräche
- medikamentöse Behandlung
- Techniken der Manuellen Medizin und Osteopathie
- Leitung und Koordination der Behandlung

Patienteninformation zu den Themen

- Unterschiede zwischen akutem und chronischem Schmerz
- Funktion des schmerzverarbeitenden Nervensystems
- Aufbau und Biomechanik der Wirbelsäule
- Funktionsweise des vegetativen Nervensystems
- Grundlagen der medikamentösen Behandlung
- Aufbau und Zielsetzung der einzelnen Therapiebausteine

Physiotherapie

- Wahrnehmungsschulung
- Dehnung und Kräftigung
- Koordinationstraining
- Funktions- und Haltungsverbesserung

Kraft- und Ausdauertraining

- Gerätetraining für Rumpf und Extremitäten
- kontrolliertes Ergometer-Training
- Sport zur Förderung von Ausdauer und Koordination

Alltags- und berufsbezogenes Training

- Einübung und Optimierung von alltäglichen Bewegungen und Belastungen

Verhaltenstherapie

- Erkennen und Verändern schmerzverstärkender Faktoren
- Aufbau positiver Aktivitäten
- Förderung von Lebenszufriedenheit und Wohlbefinden
- Stressbewältigung
- Transfer in den Alltag

Entspannungsverfahren

- progressive Muskelentspannung nach Jacobson
- Atementspannung
- Imagination

Hypnotherapie

Biofeedback

- Körper- und Stresswahrnehmung
- Migränebehandlung

DRK Schmerz-Zentrum Mainz

Von der Diagnostik zur Therapie

Schmerzen benennen
Schmerzen verstehen
Schmerzen lindern

Gründliche Diagnostik führt zu einer abgestimmten Therapie mit drei Behandlungsmöglichkeiten:

konservativ – interventionell – operativ

