

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 83 (2005)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Schmerz, lass nach!  
**Autor:** Stettler, Susanne  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-723967>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 16.03.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



BILDER: MARTIN GUGGISBERG

**Zuerst das Gespräch:** Schmerzspezialist Dr. med. Rinaldo De Agostino bespricht mit Unfallopfer Paul Blättler die Behandlung.

# Schmerz, lass nach!

*Schmerzen können einem Menschen das Leben zur Hölle machen. Umso wichtiger ist es, das Problem rechtzeitig richtig anzugehen. Die Spezialisten der Schmerzzentren in Adliswil ZH und Gümligen BE wissen, wie sie Patienten mit chronischen Schmerzen behandeln müssen.*

## SUSANNE STETTLER

**W**er ab und zu einen Anfall von starken Kopf- oder Rückenschmerzen hat, weiss, wie furchtbar das sein kann. Aber jeden Tag eine solche Qual? Unvorstellbar! Und doch leiden rund 1,5 Millionen Menschen in der Schweiz an chronischen Schmerzen. Manche trifft es so schlimm, dass sie mit dem Gedanken spielen, sich umzubringen. Nicht weil sie nicht mehr weiterleben möchten, sondern weil sie endlich von dieser Marter erlöst werden wollen.

Damit es nicht so weit kommt, gilt es, den Schmerzen früh den Kampf anzusagen. Ganz wichtig ist es, ein Schmerzgedächtnis zu verhindern: Treten immer wieder dieselben Beschwerden auf, können sie sich dem Gehirn als Erinnerung einprägen – der Schmerz wird chronisch und damit zur eigentlichen Krankheit.

Eigentlich erfüllen Schmerzen eine lebenswichtige Aufgabe: Sie sind Warn-

signale und weisen auf Verletzungen oder Krankheiten hin. Die Schmerzreize werden von Aufnahmestellen für Signale – Rezeptoren genannt – registriert und über die Nervenbahnen ans Rückenmark weitergeleitet, das sie ans Grosshirn sendet. Wird ein ständiger Schmerz nicht oder unzureichend therapiert, verändern sich die Nervenfasern durch die ununter-

brochene Übermittlung starker Schmerzimpulse. Die betroffenen Nerven reagieren nun überempfindlich und melden dem Gehirn selbst Harmloses wie leichte Reize oder Berührungen als Schmerz. In der Folge legt das Nervensystem eine komplexe Erinnerungsspur an, und es entsteht ein Schmerzgedächtnis. Das Problem daran: Nun hat der Schmerz seine

### DIE DREI STUFEN DER SCHMERZTHERAPIE

Das Drei-Stufen-Schema der Weltgesundheitsorganisation (WHO) gilt als massgebend für die medikamentöse Behandlung von Schmerzen.

- **Stufe 1:** Die Schmerzmittel in dieser Kategorie eignen sich zum Beispiel für die Behandlung von akutem Kopfweh und sind teilweise auch rezeptfrei in Apotheken und Drogerien erhältlich.
- **Stufe 2:** Zu dieser Kategorie gehören so genannte schwache Opioide. Sie werden bei anhaltenden, stärker werdenden Schmerzen eingesetzt.
- **Stufe 3:** Diese Medikamente beinhalten starke Opioide, welche die Weiterleitung der Schmerzreize an das Gehirn hemmen und so der Entwicklung eines Schmerzgedächtnisses vorbeugen. Starke Opioide gibt es als Pflaster, Tabletten, Zäpfchen und Sirup. Erfüllt ein Patient bestimmte Voraussetzungen, kommt unter Umständen auch eine Operation in Frage.



### Möchten Sie mehr über chronische Schmerzen wissen?

Speziell für die Zeitlupe-Leserinnen und -Leser beantworten die Spezialisten der Sindovis-Schmerzzentren, Dr. med. Rinaldo De Agostino, Facharzt FMH für Neurochirurgie, und Dr. med. Ivo Lappe, Facharzt FMH für Orthopädie, Ihre Fragen zu diesem Thema.

#### Zeitlupe-Fragestunde:

- Dienstag, 29. März, 17 bis 19 Uhr
- Mittwoch, 30. März, 17 bis 19 Uhr

#### Telefonnummern:

043 377 20 00

(Dr. med. Rinaldo De Agostino)

031 958 12 80

(Dr. med. Ivo Lappe)

Sie haben aber auch die Möglichkeit, Ihre Fragen schriftlich einzureichen an:

**Mail** [info@sindovis.ch](mailto:info@sindovis.ch)

**Post** Schmerzzentrum Sindovis, Badstrasse 6, 8134 Adliswil

**Fax** 043 377 20 09

Oder Sie können auch den Sindovis-«Schmerzfragebogen» unter der Adresse <http://www.sindovis.ch/schmerzfragebogen.htm> vom Internet herunterladen oder per Post bestellen. Den Schmerzfragebogen können Sie dann an die Postadresse Adliswil einreichen.

erscheinen mögen, muss sich dennoch niemand fürchten: Die Behandlungen erfolgen unter leichter Vollnarkose – und unter ständiger Kontrastmittel- und Röntgenkontrolle, damit der Neurochirurg immer sieht, wo sich die Nadel befindet.

Alarmfunktion eingebüsst und ist chronisch und damit zu einer eigenständigen Krankheit geworden.

Chronische Schmerzen sind ziemlich schwierig zu behandeln. Vor allem gibt es nicht viele Ärzte, die sich darauf spezialisiert haben. Einer von ihnen ist Dr. med. Rinaldo De Agostino, Neurochirurg und Mitbegründer des Sindovis-Schmerzzentrums in Adliswil ZH. Dort nimmt man sich der Probleme in Kopf, Hals, Armen, Beinen, Brustwirbelsäule, Gelenken und Rücken an. «Am häufigsten behandeln wir Schmerzen im Bereich der Wirbelsäule und der Gelenke, die degenerative Ursache haben – meist Arthrose oder Diskushernien, also Bandscheibenschäden», sagt Dr. De Agostino. Gerade weil oft Abnützungerscheinungen dahinterstecken, sind sehr oft Seniorinnen und Senioren betroffen. Das erklärt, warum die Sindovis-Patienten im Schnitt 60 Jahre alt sind. Doch es trifft auch wesentlich Jüngere.

#### Individuelles Therapiekonzept

Wer im Schmerzzentrum behandelt wird, bei dem wird erst eine gründliche diagnostische Abklärung vorgenommen, um herauszufinden, wo der Schmerz lokalisiert ist und weshalb er entsteht. Rinaldo De Agostino: «Danach erstellen wir ein auf den Patienten und seine Probleme zugeschnittenes Therapiekonzept. Neben nichtmedikamentösen Methoden wie Physiotherapie oder Massage und medikamentösen Behandlungen kommen interventionelle und operative Schmerztherapien zum Einsatz.»

Zu den interventionellen Methoden gehört die gezielte Infiltration. Dabei spritzt der Arzt beispielsweise ein örtliches Betäubungsmittel – oft kombiniert mit Cortison – direkt in einen Nerv. Ziel

ist es herauszufinden, wo genau der Schmerz entsteht. Verschwindet er nach der Injektion der Medikamente, liefert das dem Neurochirurgen den Beweis, dass er die Wurzel des Übels gefunden hat. Als nächster Schritt kann dann die Thermo-Koagulation folgen, eine operative Methode.

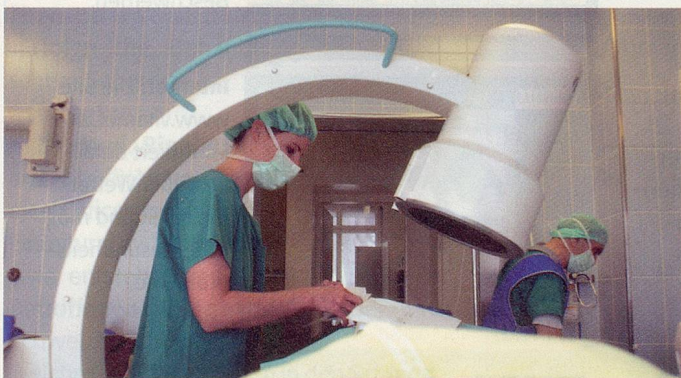
Bei den operativen Möglichkeiten stimuliert oder hemmt man Nerven, um die Schmerzleitung ans Gehirn zu unterbrechen. Dies, weil Schmerzimpulse von den Rezeptoren über die Nervenbahnen und das Rückenmark ans Grosshirn weitergeleitet werden, das sie zum für Menschen wahrnehmbaren Schmerzgefühl verarbeitet. Rinaldo De Agostino wendet folgende operative Methoden an:

➤ **Thermo-Koagulation:** Der Arzt steckt dem narkotisierten Patienten nahe am Rückenmarksnerv eine Nadel, die unter hochfrequentem Strom steht. Die entstehende Hitze von 85 Grad verödet den für den Schmerz verantwortlichen Nerv. Dank dieses «Ausschaltens» wird der Schmerzimpuls nicht mehr ans Gehirn weitergeleitet – der Schmerz ist weg. Weil sich der Nerv mit der Zeit regeneriert, muss diese Behandlung nach Monaten oder Jahren meist wiederholt werden.

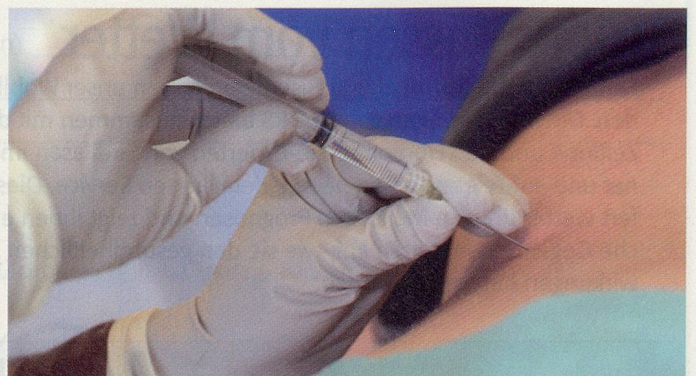
➤ **Epidurale Rückenmarksstimulation:** Stimulierung der Rückenmarksnerven mittels elektrischer Impulse geringer Intensität. Stellt sich der Erfolg ein, werden die Schmerzen durch andere, manchmal sehr angenehme Empfindungen «überspielt», und der Betroffene leidet weniger.

➤ **Medikamentenpumpe:** Diese wird eingepflanzt, damit sie, wenn nötig, direkt im Körper Opioide (starke Schmerzmittel) oder andere Medikamente abgibt.

Auch wenn einige dieser Therapiemethoden für Laien ziemlich brachial



**Epidurale Rückenmarksstimulation:** Am Durchleuchtungsgerät kontrolliert der Neurochirurg seinen Eingriff an der Wirbelsäule.



**Gezielte Infiltration:** Dr. med. Rinaldo De Agostino spritzt einer Patientin ein örtliches Betäubungsmittel ins Wirbelgelenk.

«In der Regel sind ungefähr vier Behandlungen pro Patient nötig», sagt De Agostino, «weil sie oft an mehreren Orten Schmerzen haben. Wir beginnen dort, wo es am schlimmsten ist.» Meist haben Menschen mit chronischen Schmerzen eine jahre- oder jahrzehntelange Odyssee hinter sich, bevor sie in Adliswil anklöpfen. «Schmerz ist ein enorm komplexes Phänomen, aber wir erreichen bei sechzig bis siebzig Prozent der Patienten und Patientinnen eine Linderung. Einige sind nach der Therapie sogar völlig beschwerdefrei», so der Schmerzspezialist.

Einen Unterschied wie Tag und Nacht verspürt Paul Blättler aus Fällanden ZH. Der heute 75-Jährige wurde vor drei

**Überwältigender Effekt:** Dr. med. Rinaldo De Agostino zieht die Spritze mit dem gasförmigen, medizinischen Ozon auf. Im Hintergrund wartet Paul Blättler auf seine Injektion.



Jahren auf seiner 1100er-Maschine von einem Auto angefahren. Die Verletzungen waren fürchterlich: zertrümmerter

Oberschenkelhals, doppelter Oberschenkelbruch, zertrümmerter Unterschenkel, zertrümmertes Sprunggelenk. Die Notfallärzte und Chirurgen konnten zwar sein Bein retten, aber die Schmerzen brachten Paul Blättler fast um den Verstand: «Es fühlte sich an, als ob ich ständig einen zu kleinen und zu engen Skischuh tragen würde.» Nur mit der extrem hohen Tagesdosis von 800 Milligramm des Schmerzmittels «Tramal» kam der Rentner über die Runden.

Dank eines TV-Beitrags kam er Ende August 2004 ins Sindovis-Schmerz-zentrum. Dr. Rinaldo De Agostino spritzte seinem Patienten 24-mal gasförmiges, medizinisches Ozon ins Bein. Der Effekt war überwältigend: Schon nach zwei Wochen hatten sich die Schmerzen um

### DER KLEINE, ABER WICHTIGE UNTERSCHIED

Sobald der Auslöser gefunden ist, verschwinden Kopf- oder Bauchweh in der Regel ebenso schnell wieder, wie sie gekommen sind. Dieser akute Schmerz lässt sich meist relativ einfach und problemlos behandeln. Schwieriger wird es, wenn akute Schmerzen chronisch werden. Von chronischen Schmerzen spricht man, wenn sie länger als drei Monate andauern, obwohl die Ursache bekannt ist. Darum gilt es, Schmerzen schnell und richtig zu therapieren. Geschieht dies nicht, schränkt der chronische Schmerz die Lebensqualität des Patienten und von dessen Angehörigen massiv ein.

#### Kontakt:

- Sindovis-Schmerz-zentrum in der Tagesklinik Siloah, Worbstrasse 312, 3073 Güm-ligen BE, Telefon 031 958 12 80, Mail [info@sindovis.ch](mailto:info@sindovis.ch), Internet [www.sindovis.ch](http://www.sindovis.ch)
- Sindovis-Schmerz-zentrum, c/o Sanitas-Adliswil, Badstrasse 6, 8134 Adliswil ZH, Telefon 043 377 20 00, Fax 043 377 20 09, Mail [info@sindovis.ch](mailto:info@sindovis.ch), [www.sindovis.ch](http://www.sindovis.ch)

INSERAT



## Mehr Wissen vom Wetter

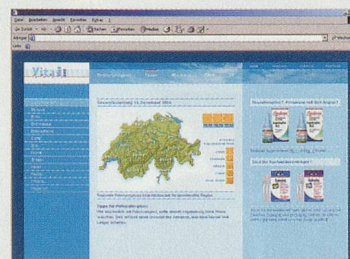
Föhn, Hochdruck, Nebel und Bise beeinflussen unser Wohlbefinden. Die Meteorologen von SF DRS bieten zusammen mit der Zeitlupe und den Homöopathie-Experten von Similasan im Internet und auf Teletext einen neuen, detaillierten Service. Dieser liefert wetterfähigen Menschen Prognosen und zeigt ihnen einfache Gegenmassnahmen auf, wie sie den gesundheitlichen Auswirkungen begegnen können.

5584 584 SF1 TXT 11.12.04 15:21:30				
VitaMet: UV-Belastung				
Prognose für Sonntag: 12.12.2004				
Gefahrlose Sonnenbadezeit in Minuten				
Hauttyp	1	2	3	4
Region Basel/Jura	20	25	34	42
Niederrand Ost	20	25	34	42
Mittelland West	20	25	34	42
Voralpen (1500 m)	20	25	34	42
Alpen (2500 m)	20	25	34	42
Wallis	20	25	34	42
Engadin (1500 m)	20	25	34	42
Tessin	20	25	34	42

Legende: 1 rotthaarig; 2 blond;  
3 braunhaarig; 4 schwarzhaarig

Wetterfühling Baschtopfden Seite 581  
Similasan hilft bei Sonnenbrand!  
Gratis-Kundenmagazin: 0800 00 90 50

**Teletext:** Ab Seite 580 finden Sie Infos zur Wetterlage und mögliche daraus entstehende Beschwerden.



**Internet:** Die Site [www.vitamet.ch](http://www.vitamet.ch) informiert detailliert über Wetterfühligkeit und mögliche Gesundheitsprobleme.

VitaMet ist eine neue Dienstleistung von



rund achtzig Prozent abgeschwächt, Durchblutung und Hautfärbung waren ebenfalls deutlich besser. Heute benötigt Paul Blättler nur noch im Ausnahmefall Schmerzmittel. «Auch wenn ich wegen des Unfalls höchstens noch 300 Meter gehen kann, fühle ich mich super», sagt er und lächelt glücklich.

Trotz vieler dankbarer Patientinnen und Patienten ist Rinaldo De Agostino bescheiden geblieben: «Es gibt eine ganze Reihe von guten Schmerzzentren

in der Schweiz. Deshalb verweise ich die Menschen oft an ein Zentrum in ihrer Nähe, wenn sie bei uns anrufen. Es hat ja keinen Sinn, dass sie jedes Mal Hunderte von Kilometern fahren müssen.»

Im Gegensatz zu anderen Institutionen wird im Sindovis-Schmerzzentrum aber auch operiert. Sindovis ist eine kleine, aber feine Klinik, die letztes Jahr eröffnet wurde. Schmerzexperte De Agostino arbeitet allein, wird aber von einem Narkosearzt sowie von einem Anästhe-

siepfleger und einer Anästheseschwester unterstützt. In der seit dem vergangenen Oktober bestehenden Filiale in Gümligen BE wirkt der Orthopäde Dr. med. Ivo Lappe zusammen mit entsprechendem Fachpersonal. Noch werden in beiden Schmerzzentren nur ambulante Behandlungen vorgenommen. «Aber wir arbeiten an einem stationären Konzept», sagt Rinaldo De Agostino, «damit wir die Patienten bald auch für ein paar Tage oder Wochen aufnehmen können.» ■

## Infoabende zum Thema Schmerz

ZEITLUPE SINDOVIS

**Informationsveranstaltungen für Menschen mit chronischen Schmerzen – in Zusammenarbeit mit dem Magazin Zeitlupe und den Sindovis-Schmerzzentren Adliswil ZH und Gümligen BE.**

### Orte und Termine

**Freitag, 20. Mai 2005, 18.30–20 Uhr**

Im Saal des römisch-katholischen Kirchgemeindehauses Kilchberg ZH, Schützenmattstrasse 25, 8802 Kilchberg.

**Freitag, 10. Juni 2005, 18.30–20 Uhr**

Im Mattenhofsaal, Bahnhofstrasse 4, 3073 Gümligen.

Der Eintritt zu diesen Veranstaltungen ist kostenlos. Jedem Patienten werden ein Schmerzfragebogen und interessante Informationsbroschüren zum Thema chronischer Schmerz abgegeben. Die Fachärzte Dr. med. Rinaldo De Agostino und Dr. med. Ivo Lappe stehen nach der Veranstaltung für persönliche Beratungsgespräche zur Verfügung.

### Thema der Veranstaltungen

«Erfolgreiche Behandlung bei chronischem Schmerz»

### Referenten

► **Dr. med. Rinaldo De Agostino**, Facharzt FMH für Neurochirurgie und Chief Medical Officer der Sindovis-Schmerzzentren. Einleitung ins Thema chronischer Schmerz (wie entsteht der Schmerz, Anzahl der Betroffenen, Informationen über eine Schweizer Schmerzstudie).

Welche Patienten werden in den Schmerzzentren Adliswil und Gümligen behandelt? Wie gehen die Schmerzspezialisten vor:

Schmerzanalyse, klinische Untersuchung? Welche massgeschneiderten Therapien gibt es?

► **Dr. med. Ivo Lappe**, Facharzt für Orthopädie, Schmerzzentrum Gümligen BE. Erfahrungsbericht aus dem Schmerzzentrum Gümligen mit Fallberichten von zwei Patienten mit unterschiedlicher Schmerzlokalisierung.

► **Dr. Ellen Heitlinger**, H+O communications ag. Moderation der Session, inklusive Einführung, Interview eines Patienten.

### Programmablauf

► Begrüssung durch Frau Dr. Ellen Heitlinger.

► Dr. med. Rinaldo De Agostino erläutert die Entstehung von Schmerzen und schildert deren Auswirkungen auf den Menschen.

► Ein Chronischer-Schmerz-Patient berichtet seine Leidensgeschichte. Dr. De Agostino kommentiert den Bericht des Patienten und erläutert, welche Behandlung in diesem Fall Erfolg brachte. Ausserdem stellt er verschiedene Behandlungsmöglichkeiten des Schmerzes vor. Dann erläutert er das Behandlungsangebot der Schmerzzentren und welche Methoden bei welchen Patienten Sinn machen. Im Anschluss daran stellt Dr. med. Dirk Tenckhoff zwei Patientenfälle vor und zeigt eindrücklich, wie diese Patienten von ihren Schmerzen befreit werden konnten.

► Zum Schluss der Veranstaltung findet eine moderierte Fragerunde statt, bei der das Publikum Fragen stellen kann. Für Personen, die kurze persönliche Beratung wünschen, stehen die beteiligten Ärzte im Anschluss an die Veranstaltung in einer ruhigen Ecke für Fragen zur Verfügung.

### ANMELDE TALON

Ich (wir) nehme(n) an der Informationsveranstaltung für Menschen mit chronischen Schmerzen in den Sindovis-Schmerzzentren teil. Anzahl Personen \_\_\_\_\_

Name(n)/Vorname(n) \_\_\_\_\_

Strasse/Nr. \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Telefon/Fax \_\_\_\_\_

### Datum

Freitag, 20. Mai, Kilchberg ZH  Freitag, 10. Juni 2005, Gümligen BE

Datum \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_

Senden Sie den Anmelde talon bitte vollständig ausgefüllt bis spätestens 4. April 2005 an Redaktion Zeitlupe, Infoabend Schmerz, Postfach 2199, 8027 Zürich.

**Die Teilnehmerzahl ist begrenzt; die Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt.**