

CHRONISCHER SCHMERZ BEI KINDERN UND JUGENDLICHEN

Schrammen, Splitter, Beulen, Brüche – der Weg durchs Kindesalter ist gepflastert mit Gefahren und Herausforderungen. Auch für Eltern. Bis alles rund und das Fahrrad geradeaus läuft, muss viel verbunden, getröstet und gepustet werden. Zum Glück sind die Blessuren meist schnell vergessen. Der Schmerz als körpereigenes Warnsystem hat das Seine getan und verschwindet. Was aber, wenn er bleibt? Etwa 350.000 Kinder und Jugendliche in Deutschland leiden unter chronischen Schmerzen.

Was sind chronische Schmerzen?


- Schmerzen, die über einen Zeitraum von drei Monaten fast immer vorhanden sind oder häufig wiederkehren.
- Jüngere Kinder klagen eher über Bauch-, ältere über Kopfschmerzen.
- In der Regel liegen keine organischen Erkrankungen vor, sondern ein erlerntes Verhalten: Andauernde Schmerzsignale können zu einer Veränderung der Nervenzellen im Rückenmark und im Gehirn führen (Schmerzgedächtnis).
- Die Ursachen chronischer Schmerzen sind komplex und lassen sich weder auf rein körperliche noch auf rein seelische Faktoren reduzieren.

Chronischer Schmerz kann das Leben von Kindern und Jugendlichen dominieren, und damit selbstverständlich auch das ihrer Familien. Schule, Arbeit, Freizeit, Ferien, Feste – was für andere Familien Normalität ist, scheint unerreichbar zu sein. Wenn ein Kind leidet, leiden die Eltern mit, und auch die Geschwister. Jeder anders, jeder für sich. Chronischer Schmerz ist immer auch eine Familienangelegenheit und birgt großes Konfliktpotenzial auf allen Ebenen. Entsprechend bedarf es der Anstrengung der gesamten Familie, um den Teufelskreis der Schmerzen zu durchbrechen. Die Schmerzen ohne Hilfe wieder loszuwerden ist schwer.

Niemand kann versprechen, dass die (chronischen) Schmerzen aufhören. Aber es gibt Mittel und Wege, den Teufelskreis der Schmerzen zu durchbrechen und den Schmerz in den Griff zu bekommen.

Checkliste: Wann ist ein Gespräch mit dem Kinderschmerzzentrum ratsam

- Treten Schmerzen sehr oft und/oder sehr stark auf?
- Kannst Du deshalb dem Unterricht nicht mehr folgen oder fehlst häufiger in der Schule?
- Benötigst Du viele Medikamente?
- Bist Du gereizt, lustlos und unmotiviert?
- Gibt es weniger Kontakt zu Deinen Freunden?
- Machen Dir Sport und Hobbys keinen Spaß mehr?
- Machen sich auch Deine Eltern viele Sorgen?



Chronische Schmerzen bedürfen einer umfassenden und ganzheitlichen Behandlung. Wenn Sie und Ihr Kind sich über die Behandlung von chronischen Schmerzen am Bayerischen Kinderschmerzzentrum am Universitätsklinikum Augsburg informieren wollen, finden Sie weitere Informationen unter:

www.uk-augsburg.de/kinderschmerz

Direkter Kontakt zur Schmerzlotsin
im Kinderschmerzzentrum:

Telefon: 0821 400-9324

E-Mail: kinderschmerzzentrum@uk-augsburg.de