

Vorbeugung von Schmerzen im Krankenhaus

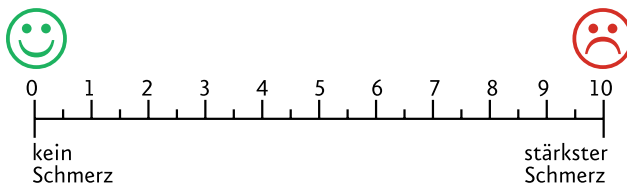


Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

um auftretende Schmerzen frühzeitig lindern zu können und Ihnen den Umgang mit Schmerzen zu erleichtern, haben wir diese Information für Sie zusammengestellt.

Bei Fragen können Sie sich gerne an das Pflegefachpersonal wenden.

- Bei beginnenden Schmerzen, wenn die Schmerzen nicht ausreichend gelindert sind oder schlimmer werden, wenden Sie sich bitte sofort an Ihren Arzt oder das Pflegefachpersonal.
- Damit Ihr Arzt sich ein genaues Bild Ihrer individuellen Schmerzen machen kann, beantworten Sie ihm bitte folgende Fragen:
Wo ... befindet sich Ihr Schmerz?
Wie ... fühlt sich Ihr Schmerz an?
Wann ... treten die Schmerzen auf?
Wie ... lange hält der Schmerz an?
Wann ... haben die Schmerzen begonnen?
Was ... beeinflusst Ihre Schmerzen positiv oder negativ?
- Um Schmerzen besser beurteilen zu können, stufen Sie Ihre Schmerzempfindung in einer Skala von 1 bis 10 ein und teilen Sie dieses dem Arzt oder der Pflegefachperson mit. Voraussetzung für eine dauerhafte Schmerzfreiheit ist die regelmäßige Einnahme der Medikamente nach einem festen Zeitplan – auch in schmerzfreien Phasen. Nur so ist ein gleichbleibender Medikamentenspiegel im Körper zu gewährleisten.
- Wenn Sie bereits Erfahrungen mit Schmerzmedikamenten haben, wie z. B. Unverträglichkeiten oder besonders gute Erfahrungen, teilen Sie diese unbedingt dem Arzt oder der Pflegefachperson mit.
- Mögliche Nebenwirkungen durch Schmerzmedikamente, wie z. B. Übelkeit oder Verstopfung können durch zusätzliche Therapie erheblich gemindert werden. Sprechen Sie mit dem Arzt oder der Pflegefachperson.
- Bei bestimmten Erkrankungen oder Operationen bekommen Sie bereits vorbeugend Schmerzmittel, damit weitere Therapien wie z. B. Krankengymnastik für Sie schmerzfrei durchgeführt werden können.
- Sie selbst können auch Einfluss nehmen auf die Intensität Ihres Schmerzempfindens. Es gibt Entspannungs-, Atmungs- und Ablenkungstechniken, die Ihnen dabei helfen können. Hierzu erhalten Sie weitere Anregungen in unserem Patienten-Informationszentrum. Hilfreich ist auch der Besuch von Angehörigen.
- Sie leiden unter chronischen Schmerzen? Dann ist es sinnvoll, ein Schmerztagebuch zu führen. Sie erhalten dieses bei dem Arzt, der Pflegefachperson oder im Patienten-Informationszentrum.



Weitere Informationen zum Umgang mit Schmerzen erhalten Sie im Patienten-Informationszentrum.

Patienten-Informationszentrum

Erdgeschoss, Nähe Eingangshalle

Telefon 0651 208-1520

www.patienteninformationszentrum.de