



Sana Kliniken Lübeck
Interdisziplinäre Schmerzlinik Travemünde

Information für Patienten

SEHR GEEHRTE PATIENTIN, SEHR GEEHRTER PATIENT,

Sie planen einen Aufenthalt in unserer interdisziplinären Schmerzlinik in Travemünde. Um Sie gut auf die Behandlung vorzubereiten, möchten wir Ihnen noch einmal unser Verständnis Ihrer Erkrankung und unser Therapiekonzept erläutern.

Sollten Sie darüber hinaus weitere Fragen haben, nehmen Sie gerne Kontakt mit uns auf.

Ihr Team der Schmerzlinik

Stefan Rieckhof
Sektionsleiter

Leonore Nagewitz
Leitende Psychologin

Prof. Dr. Petra Saur
Chefärztin



Unser Verständnis chronischer Schmerzen

Schmerzen können vielfältige Ursachen haben. Wenn Schmerzen dauerhaft bleiben, werden sie als eigenständige Krankheit gesehen. Die Schmerzen haben ihre ursprüngliche Warnfunktion verloren und bestehen weiter, auch wenn die eigentlichen Auslöser nicht mehr vorhanden sind. Auf diese chronischen Schmerzen haben körperliche, seelische und soziale Faktoren Einfluss, so dass wir unseren Behandlungsansatz grundsätzlich bio-psycho-sozial wählen.

Unser Therapieansatz

In der Therapie geht es darum, Sie darin zu unterstützen, aktiv mit dem Schmerz umzugehen und Ihre Lebensqualität zu verbessern. Um Sie bestmöglich behandeln zu können, ist es zu Beginn notwendig, alle beeinflussenden Faktoren zu ermitteln. Wir führen daher ausführliche Vorgespräche mit Ihnen, in denen wir nicht nur nach Ihrer Krankheitsgeschichte, sondern auch nach Ihrer Lebensgeschichte und aktuellen Lebenssituation fragen.

Auf der Basis dieser Diagnostik stellen wir Ihnen einen individuell zu Ihrer Erkrankung passenden Behandlungsplan zusammen. Wir bieten neben der medikamentösen Therapie Einzel- und Gruppengespräche mit dem ärztlichen Schmerztherapeuten und der Psychotherapeutin, Kreativtherapie, Entspannungsverfahren, Physiotherapie, Ergotherapie und falls notwendig Unterstützung durch unseren Sozialdienst an.

Rahmen der Behandlung

Die Behandlung dauert 12 Tage, die Unterbringung erfolgt regulär im Doppelzimmer, nur in medizinisch begründeten Ausnahmefällen ist eine Einzelzimmerunterbringung möglich. Die Behandlung wird in einer geschlossenen Gruppe mit acht Patienten durchgeführt. Es gibt einen Aufenthaltsraum, in dem Sie gemeinsam die Mahlzeiten einnehmen und Ihre therapiefreie Zeit verbringen können. Hierfür stehen Ihnen verschiedene Angebote, wie Fernseher, Bücher, Spiele und Bastelutensilien zur Verfügung.

LIEBE PATIENTIN, LIEBER PATIENT,

damit Sie während Ihres Aufenthaltes in unserer Schmerzlinik sämtliche Therapieeinheiten unbeschwert durchführen können, haben wir Ihnen eine Liste mitzubringender Materialien zusammengestellt:

- Krankenhauseinweisung
- Krankenversicherungskarte
- Alle zu Hause benötigten Medikamente, Insuline, Spritzen usw. (in Originalverpackung) für zwei Tage
- Falls vorhanden:
Allergie-Ausweis, Röntgenpass
- Bequeme Kleidung / Sportkleidung (z. B. Jogging-Anzug), bequeme Schuhe für innen und ggf. außen
- Handtücher für zwei Wochen
- Schlafbekleidung
- Hygieneartikel, Föhn, Zahnbecher, Zahnprothesenbecher, etc.
- Falls vorhanden:
CPAP-Gerät, TENS-Gerät
- Regenbekleidung
- Lesebrille

Folgendes bringen Sie bitte nicht mit:

- Elektrische Geräte, wie z. B. Wasserkocher, Kaffeemaschine o. ä.
- Wertsachen

Bitte informieren Sie uns frühestmöglich:

- Wenn Sie den Termin nicht wahrnehmen können
- Über besondere Kostformen, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Allergien
- Über bereits stattgefundene Behandlungen eines multiresistenten Krankheitserregers (MRSA)

Bitte denken Sie daran, dass es sich um einen stationären Aufenthalt handelt und eine Zuzahlung von 10,00 €/Tag entrichtet werden muss.

Vielen Dank!

Ihr Schmerzlinik-Team



DIE THERAPIEANGEBOTE IM EINZELNEN

Medikamentöse Behandlung

Ziel ist es, gemeinsam mit Ihnen die für Ihre Erkrankung optimale medikamentöse Einstellung zu finden, um Ihren Aktivitätsspielraum zu erweitern oder aufrecht zu erhalten.

Psychotherapie

Die tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie findet in Einzel- und Gruppensitzungen statt. Hier ist das Ziel ein Verständnis für die psychischen Hintergründe Ihrer Erkrankung zu entwickeln und belastende Themen zu bearbeiten.

Entspannungsverfahren

Sie dienen dazu, Ihnen mehr Selbstkontrolle über Ihre körperlichen Zustände zu vermitteln, sich mehr auf sich zu konzentrieren und störende Außenreize zu ignorieren, um eigene Bedürfnisse besser wahrnehmen zu können. Zusätzlich kommt es zu einer seelischen und körperlichen Beruhigung, die den Schmerzkreislauf unterbrechen kann.

Kunsttherapie

In der Kunsttherapie wird mit künstlerischen Medien ergänzend an psychotherapeutischen Themen gearbeitet. Durch die nonverbale und kreative Arbeitsweise wird ein anderer Blick auf Ihre persönliche Situation möglich und Entwicklungsspielräume werden experimentell ausgelotet.



Physiotherapie

In der Physiotherapie wird zu Beginn der aktuelle funktionelle Status erhoben, um auf dieser Basis die Behandlungselemente festzulegen. Im Rahmen der Einzelbehandlung wird gezielt am individuellen Bedarf gearbeitet. Im Rahmen der Gruppenangebote soll der eigene Aktivitätsrahmen erfahren und ausgeweitet werden. Hier steht die Aktivierung und der Spaß an der gemeinsamen Bewegung im Mittelpunkt.

Zusätzlich wird an der Wahrnehmung der individuellen körperlichen Stärken und Schwächen sowie des Anspannungsniveaus gearbeitet.

Ergotherapie

In der Ergotherapie üben Sie Ihre Alltagsfertigkeiten zu bearbeiten, mit dem Ziel die Selbstständigkeit im Alltag zu verbessern.

Psychoedukation

Wir wollen mit Ihnen gemeinsam die Zusammenhänge zwischen Ihrem Schmerz, den damit verbundenen weiteren Beschwerden und den verschiedenen Einflussfaktoren

erarbeiten, um Sie zu unterstützen selbst zum Experten für Ihre Erkrankung zu werden und besser über hilfreiche oder weniger hilfreiche Behandlungsmaßnahmen entscheiden zu können.

Zu Beginn der Behandlung werden wir mit Ihnen gemeinsam realistische Ziele für den Aufenthalt definieren und sie am Ende überprüfen.

Ziel der Gesamtbehandlung ist ein eigenes Krankheitsverständnis zu entwickeln, das die verschiedenen Perspektiven integriert und Ihnen Einflussmöglichkeiten auf Ihr (Schmerz-) Erleben und Ihre Alltagsgestaltung eröffnet.

Wir wünschen uns von Ihnen zu jedem Zeitpunkt eine aktive Mitgestaltung Ihrer Behandlung, da wir uns als Ihre Begleiter auf Ihrem Weg zu mehr Lebensqualität verstehen und die Verantwortung hierfür in Ihren Händen belassen möchten.





v. l. n. r.: Yvonne Peters (pain nurse), Stefanie Henkel (Physiotherapie), Leonore Nagewitz (Leitende Psychologin), Kathrin Barz (Physiotherapie), Stefan Rieckhof (Sektionsleiter), Karina Wenzlaff (pain nurse), Beate Lange (Physiotherapie), Görgen Leesch (Physiotherapie)

Sana Kliniken Lübeck

Interdisziplinäre Schmerzlinik Travemünde

Am Dreilingsberg 7 | 23570 Lübeck Travemünde
Telefon 04502/800-1806 | Telefax 04502/800-1805
schmerzlinik-luebeck@sana.de | www.sana-luebeck.de