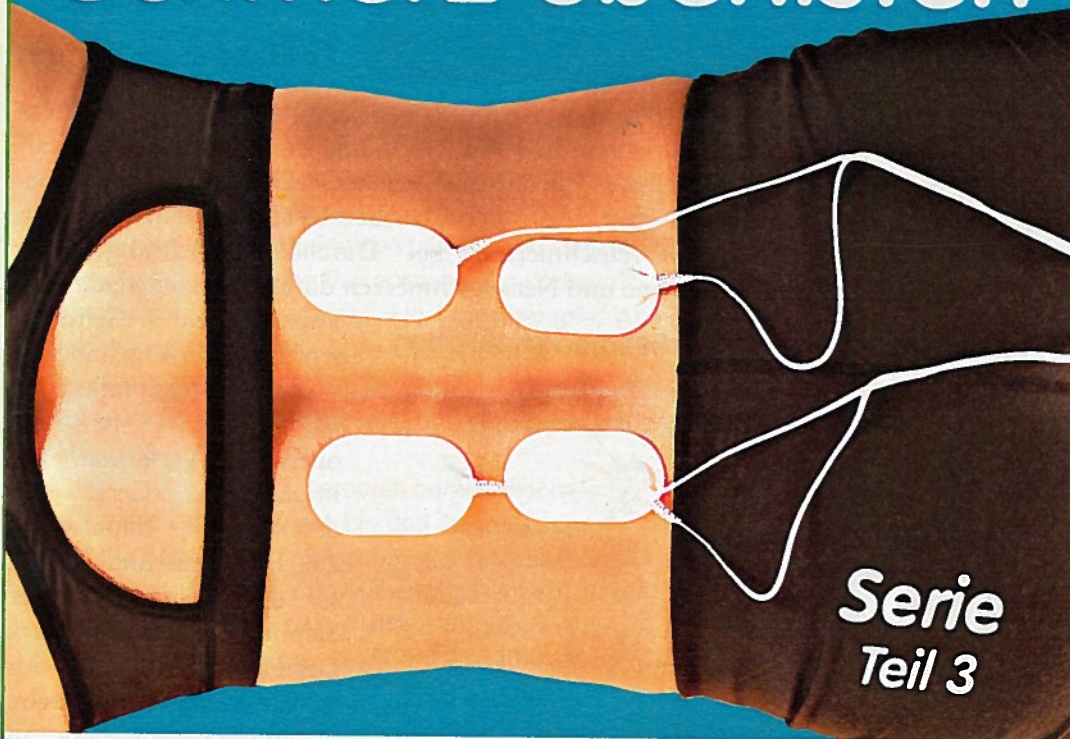


Die ganze **Woche** gesünder

Nr. 9/21

Von schmerzhaften Verspannungen bis zu schwer behandelbaren Nervenleiden

Mit Strom den Schmerz überlisten



**Serie
Teil 3**

Helfen Medikamente, ein gesunder Lebensstil und konservative Therapien nicht, chronische Schmerzen zu lindern, kann Strom zum Erfolg führen. Vor allem bei chronischen Nerven- und Rückenschmerzen können Elektroden von außen und innen die Schmerzen lindern.

Strom ist ein vielfältiger Schmerzstiller. Er entspannt verspannte Muskeln, dämpft Nervenleitungen und unterbindet die Weiterleitung von Schmerz an das Gehirn. Eigenschaften, die, so Experten, öfter genutzt werden sollten, um das Leiden chronischer Schmerzpatienten zu lindern.

Krankheiten, die auf eine schmerzlose (Zusatz-)Therapie mit Strom gut ansprechen, gibt es genügend: Polyneuropathie aufgrund von Diabetes, Nervenschmerzen durch Nierenschwäche oder infolge

einer Chemotherapie sowie chronische Rücken- und Nackenschmerzen, die keinen eindeutigen Auslöser haben, chronische Ischias-Schmerzen, Phantomschmerzen und Rheuma an Gelenken, Muskeln oder Bindegewebe.

„Elektrotherapien über Elektroden auf der Haut haben mehrere schmerzlindernde Wirkungen, die über die lokale Betäubung durch eine elektrische Reizung der sensiblen Nervenstränge weit hinausgehen. Sie können beispielsweise den

Bitte blättern Sie um!

Aus dem Inhalt

	Seite
Die vielen Formen des Fastens	57
Corona belastet Pollen-Allergiker	58
Strahlung beeinträchtigt männliche Fruchtbarkeit	59
Schönheitsoperationen sind gefragt denn je	59
Das Fadenlifting	60
Sekretion aus nur einem Nasenloch	60
Operation des Hallux valgus	60
Ihr BIO-Wetter	62
Hauttransplantationen bei „Schmetterlingskindern“	62
Mutter- und Ursäfte	63
Symptome der Blasenentzündung	63

Elektrotonus günstig beeinflussen. Das heißt, durch konstante Gleichstromanwendung verändert sich die Zellmembran (= Hülle einer Zelle), was dazu führt, dass die Schmerzschwelle angehoben wird. Ein anderer schmerzlindernder Effekt kann bei der TENS-Therapie durch die ‚Gate Control Theorie‘ erklärt werden. Durch die Stimulation spezieller Rezeptoren mit Strömen zwischen 50 und 150 Hertz werden Schmerzimpulse auf Rückenmarksebene blockiert. Auf diese Weise wird der Schmerz nicht ins Zentralnervensystem weitergeleitet, der Patient kann ihn nicht spüren“, sagt Prim. Dr. Daniela Gattringer, Vorstand der Abteilung für Physikalische Medizin am Ordensklinikum Barmherzige Schwestern Linz. Wirkung entfalten auch Impulsströme mit niedrigen Frequenzen, die zur Ausschüttung schmerzlindernder Neuro-Botenstoffe im Gehirn führen. Diese Elektrotherapie eignet sich für anhaltende oder wiederkehrende Schmerzen.

Den Teufelskreis unterbrechen

„Elektrotherapie kann außerdem dazu beitragen, den Teufelskreis aus Schmerz und Verspannung zu durchbrechen. Muskelspannungssenkende Anwendungen durch Interferenzströme wirken daher oft schmerzlindernd. Muskelkräftigende Maßnahmen (Schwellstromanwendungen) helfen, instabilitätsbedingte Schmerzen zu lindern. Mithilfe von galvanischem Strom können einige Arzneimittel durch die unverletzte Haut in den Körper geschleust werden. Die Iontophorese unterstützt die schmerzlindernden Effekte der Stromanwendung.“

Bei der Hochton-Therapie helfen Wechselströme mit Frequenzen bis 32.000

Hertz, die Patienten aber nur als Kribbeln spüren. Der Vorteil der Hochton-Therapie, die Energie dringt tiefer ins Gewebe ein, wo sie ihre therapeutische Wirkung entfaltet. „Eine Studie zu chronischen Ischiasbeschwerden zeigt, die Lebensqualität der Patienten wird mit der Hochton-Therapie deutlich gebessert“, bestätigt Dr. Gattringer, Mitglied im Vorstand der Österreichischen Schmerzgesellschaft. Derzeit wird untersucht, wie die Hochton-Therapie bei Nervenschmerzen wirkt, die durch Chemotherapie ausgelöst werden.



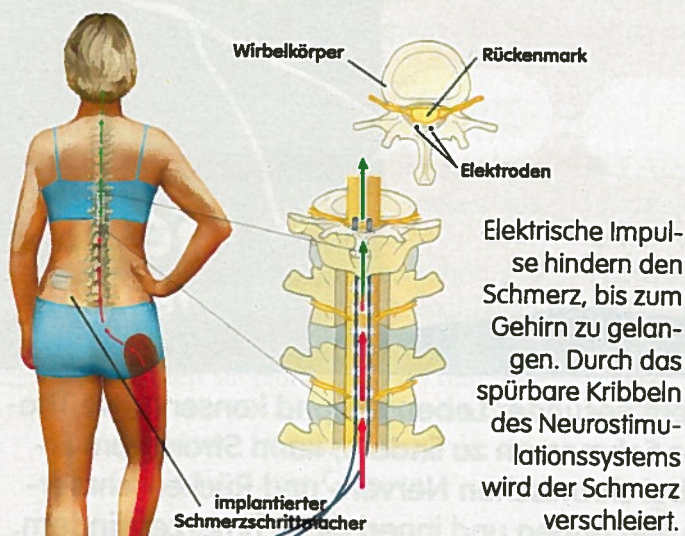
Elektroden im Rücken

Elektroden, die im Körper sitzen, sind für viele Schmerzpazienten die letzte Hoffnung. Vor allem schwer behandelbare chronische Rückenschmerzen, Nervenverletzungen nach Bandscheiben-OPs, Phantomschmerzen, Nervenschmerzen bei Durchblutungsstörungen der Beine und Nervenschmerzen durch Diabetes werden mit

implantierten „Schmerzschrillmachern“ gelindert.

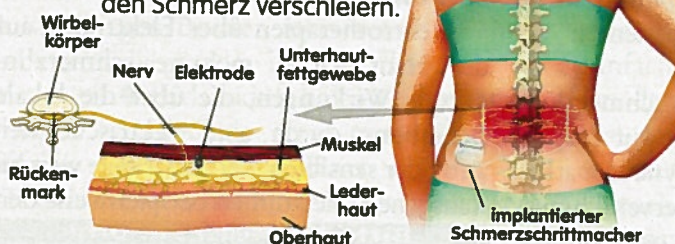
Die Rückenmarkstimulation, kurz SCS, ist so ein operatives Verfahren. Ein implantiertes Gerät sendet schwache Impulse bis 240 Hertz aus und hemmt so das Weiterleiten der Schmerzsignale ans Gehirn. Der Patient selbst spürt nur ein angenehmes Kribbeln. „Es gibt eine Vielfalt an Stimulationsverfahren, die oft eine gute Schmerzlinderung bringen“, bestätigt Prof. Dr. Wilhelm Eisner von der Österreichischen Schmerzgesellschaft. Wirkt die SCS nicht, kann die Hochfrequenz-Stimulation (HF SCS) eingesetzt werden. Die hierfür im Wirbelkanal implantierten Elektroden geben kleine Impulse von 10.000 Hertz ab. Der Patient spürt das nicht. Spürbar ist nur ihre Wirkung. Der chronische Schmerz ist durch sie wie „verschwunden“.

Prinzip der epiduralen Rückenmarkstimulation



Periphere Nervenfeldstimulation

Bei isolierten, abgrenzbaren Schmerzen werden die Elektroden in die Unterhaut gesetzt, wo sie den Schmerz verschleiern.





Dr. Reinald Brezovsky
„Chronische Gesichtsschmerzen sind schwer zu behandeln. Ausdauer führt hier zum Erfolg.“

Spezialist für Schmerztherapie
(1190 Wien, Tel.: 0699/10913901,
www.schmerzarzt.at)

Welche Ursachen hat der chronische Gesichtsschmerz?
Leider viele. Abgelaufene Gürtelrose-Infektion, eine Gefäßschlinge am Trigeminusnerv, Zahnprobleme, Kiefergelenksschäden, Entzündung der Nerven durch mechanische Reizung oder aus unbekannter Ursache.

Welche Ursache ist die häufigste?

Die Trigeminus-Neuralgie ist am häufigsten und schmerzhaft. Meist tritt sie einseitig auf. Das Verhältnis der betroffenen Männer und Frauen liegt bei 40:60.

Was ist wichtig bei der Behandlung?

Ein rascher Behandlungsbeginn, andernfalls droht eine Chronifizierung, das heißt, der Schmerz bleibt im Schmerzgedächtnis verankert. Hilfreich ist meist eine Kombination aus Medikamenten und sanften Therapien.

Welche ergänzenden Therapien zeigen Wirkung?

Wirksam sind kaltes Rotlicht, Hochtון-Therapie, Akupunktur und elektrostimierte Ohrakupunktur. Manchmal helfen Operationen. Die minimal-invasiven Eingriffe zielen darauf ab, schmerzende Nerven zu entlasten oder „auszuschalten“.

Wie oft sind Therapien notwendig?

Gelegentlich tritt nach ein bis drei Behandlungen eine deutliche Besserung ein. Wichtig ist, dranzubleiben.

Kann die Therapie mit einem Leihgerät erfolgen?

Ja, zeigt die Therapie Erfolg, kann zu Hause mit Leihgeräten gearbeitet werden, etwa bei kaltem Rotlicht, bei der Hochtון-Therapie und der TENS-Therapie.

Welche Tipps haben Sie noch für die Patienten?

Bei Schmerzattacken im Gesicht das Sprechen und Kauen möglichst vermeiden. Dazu ist wichtig, zu ruhen, sich zu schonen und sich abzuschirmen.



Nächste WOCHE: Wie Cannabinoide chronischen Schmerzpatienten helfen können.