



Kurze Beschreibung eines orthopädischen Behandlungsablaufes:

Dr. Martin Pinsger

Schmerz, Bewegungseinschränkung oder Leistungseinbußen sind die häufigsten Signale, die den Menschen zu einer diagnostischen Analyse zwingen. Nur ein geringer Prozentsatz der Bevölkerung geht ausschließlich präventiv zum Arzt.

Durch die extreme Entwicklung der digitalen Technik sind die Ursachen der Schmerzen und Behinderungen nicht nur klinisch, sondern auch bildgebend (RÖ/ CT/ NMR) ausgezeichnet zu erfassen. So ist es uns möglich, bei **akuten Beschwerden** rasch Abhilfe zu schaffen.

Meine Aufforderung an den Betroffenen:

Warten Sie nicht, bis Beschwerden chronisch werden – sowohl die Analyse, wie auch die Therapie werden kompliziert und langwierig. Ist der Schmerz beim Akutpatienten noch ein gut brauchbares und klares Signal, so verliert sich das bei der Chronifizierung.

Durch **den chronischen Schmerz** und die langanhaltende Behinderung wird der Mensch als Ganzes in Mitleidenschaft gezogen. Ein Ausstieg ist nur mehr schwer möglich. Es gibt jedoch eine Reihe von Möglichkeiten die extreme Schmerzkarriere zu beenden und den Betroffenen soweit zu beeinflussen, daß ein normales Leben wieder möglich wird.

Um bei längerfristigen Schmerzbehandlungen erfolgreich zu sein, muß zuerst eine **Vertrauensebene** aufgebaut werden. Hohe Schmerzpegel müssen mit Medikamenten und durch verschiedene Behandlungstechniken auf erträgliches Maß gebracht werden. Immer ist der Betroffene, seine Familie, seine berufliche Umgebung in die Behandlung miteinzuplanen (**bio-psycho-soziales Konzept**). Gespräche in Gruppen (Selbsthilfegruppe/ Familie/ Unternehmen) sind oft besonders hilfreich, um andauernde Überforderungen und Distress abzubauen. Welche Therapie zur Behandlung notwendig sein wird, ergibt sich aus der anfänglichen Analyse plus Diagnostik nach dem **WHO Stufenplan** der Schmerztherapie. Dieser Stufenplan sollte von jedem Therapeuten eingehalten werden und ermöglicht durch das stufenweise Erhöhen der Therapieintensität bei klarer kausaler Therapie ein Maximum an Schmerzreduktion.

Neben all diesen Therapieformen in der Hand des Arztes und Therapeuten, ist die Schnittstelle zur **Prävention** besonders wichtig. Dieser Schritt sollte nicht irgendwann später erfolgen, sondern so bald als möglich. Die Frühmobilisation soll unser Thema sein.

Der Bewegungsapparat kann nicht alleine „gesundgedacht“, sondern muß auch „gesundbewegt“ werden. Regelmäßige körperliche Bewegung, Kräftigung, etc. sind eine *conditio sine qua non*!

Gelungene Therapie benötigt jedoch auch in vielen Fällen ein „neues Prioritäten setzen“.

Dann ist es gut, Zeit zu haben, Ressourcen freizusetzen, Abstand zu gewinnen, seinen geschädigten Körper ausruhen zu lassen und neu zu trainieren. Diese Ruhephasen sind in unseren Tagen immer weniger anzutreffen und somit fehlen die „körpereigenen Bilanzen“. Signale sind da, gehört zu werden. Signale sind da, Antworten auf offene, drängende Fragen zu finden. **Die Symptome unseres Körpers, sind die Signale die zu den wichtigsten gehören und damit die höchste Priorität verdienen.**