

Leben mit Schmerzen – eine unendliche Geschichte

Die Veranstaltung „Schmerz lass nach!“ lockt 240 Besucher in die Sankt-Anna-Virngrund-Klinik

Von Josef Schneider

ELLWANGEN - Um chronische Schmerzen ist es bei einer Veranstaltung in der Reihe „Med & More“ im Foyer der Sankt-Anna-Virngrund-Klinik gegangen. Dabei stand die Perspektive der Betroffenen im Mittelpunkt. Mit rund 240 Besuchern war das Interesse enorm.

Chronische Schmerzen haben tiefgreifende Auswirkungen auf alle Bereiche des Lebens. Edeltraud Kühn von der Selbsthilfegruppe Fibromyalgie skizzierte ihr Leben mit dieser rheumatischen Erkrankung und den dauerhaften Muskelschmerzen. Fibromyalgie sei ihr ständiger Begleiter. Manchmal könne sie Bäume ausreißen, dann strecke sie wieder alle Viere von sich. Die Krankheit fühle sich an wie Zahnweh am ganzen Körper.

Die Diagnose habe ihr Leben auf den Kopf gestellt, sagte Kühn. Jetzt achte sie mehr auf sich selbst. „Ich habe gelernt, mich abzulenken“, sagte Edeltraud Kühn. „Ich selber gehe dreimal in der Woche zur Gymnastik. Ich brauche das einfach.“ Mehr Bewegung bedeute weniger Schmerzen.

Einsame und lange Nächte voller Schmerzen

Daniela Hitzler vom Verein „Freunde und Förderer der Aalener Psychosomatik“ schilderte humorvoll und fesselnd ihr Leben mit Schmerzen. Drei Monate nach ihrem 40. Geburtstag hätten ihre Rückenschmerzen angefangen. In ihren Hochschmerzjahren sei alles dem Schmerz untergeordnet worden. Hitzler erzählte von einsamen und langen Schmerznächten. Irgend-

wann habe sie sich völlig überflüssig und nutzlos gefühlt. Und im Krankenhaus hatte sie das Gefühl, sie werde nicht mehr ernst genommen. Es sei sehr schmerzlich, in die Psychoschublade gesteckt zu werden.

Unter dem Titel „Ich bilde mir den Schmerz doch nicht ein!“ ging Martin von Wachter, leitender Oberarzt der Klinik für Psychosomatik Aalen, dem Thema auf den Grund. Schmerz sei Gefühl und Wahrnehmung gleichermaßen, sagte er. Das Gefühl von sozialer Ausgrenzung und Mobbing werde im Gehirn an derselben Stelle verarbeitet wie der Schmerz.

Rückenschmerzen brachte der Mediziner in Beziehung zu Erlebnissen in der Kindheit, zu einer anhaltenden Belastungssituation oder zu einer Traumatisierung, aber auch zu Stress, Verlust, Trennung, Gewalt oder Mobbing.

Kunsttherapeutin Constanze Russo-Walford von der Psychosomatik in Aalen gab Einblick in die Kunsttherapie.

Die leitende Ärztin der stationären Schmerztherapie an der Sankt-Anna-Virngrund-Klinik, Christine Göpfert, stellte die multimodale Schmerztherapie als ganzheitliche Medizin mit verschiedenen Verfahren und Therapien vor. Der chronische Schmerz sei ein eigenständiges Krankheitsbild, so Göpfert. Es gebe kein Allheilmittel.

Der kaufmännische Standortleiter der Sankt-Anna-Virngrund-Klinik, Berthold Vaas, und der Geschäftsführer der AOK Ostwürttemberg, Josef Bühler, hatten zu der Veranstaltung begrüßt. Moderiert wurde die Veranstaltung von Paul Sproll vom Verein „Freunde und Förderer der Aalener Psychosomatik“.

