

Was Sie über Schmerzen wissen sollten



Die mit dem Regenbogen

mepha

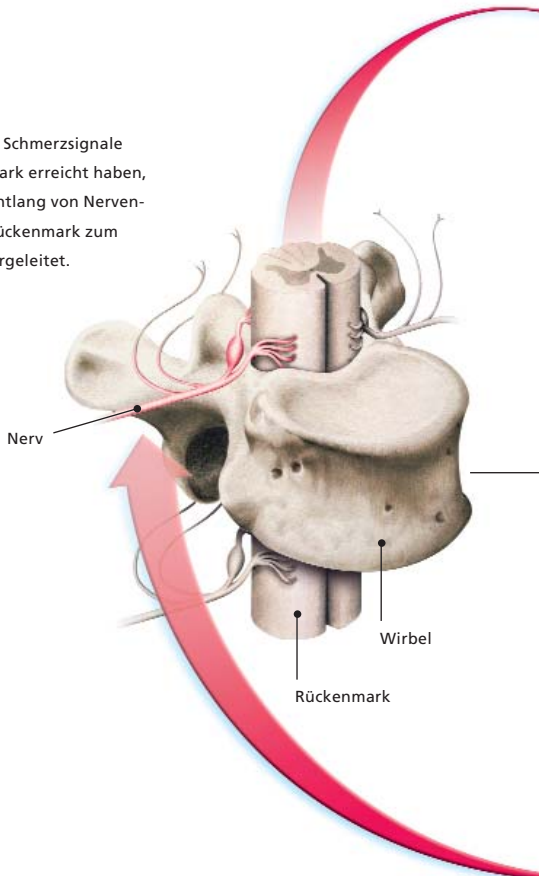


Warnsignale des Körpers

Schmerzen sind Warnsignale des Körpers. Sie zeigen an, dass etwas nicht in Ordnung ist. Deshalb sind sie ernst zu nehmen; ihre Ursache ist rechtzeitig abzuklären.

Schmerzen entstehen durch Reizung empfindlicher Nervenenden. Diese befinden sich in grosser Zahl in der Haut und andern Stellen des Körpers. Die Schmerzsensoren nehmen die verschiedenen Reize auf unterschiedliche Weise wahr (z.B. Hitze, Dehnung, Druck). Auch jeder Mensch empfindet Schmerzen unterschiedlich stark, was zusätzlich durch die Psyche stark beeinflusst werden kann. Schmerzen stechen, pochen, klopfen, wirken dumpf oder brennend. Sie sind in der Regel Warnsignale und Hinweise auf Gefahren, Krankheiten oder Überlastungen.

Nachdem die Schmerzsignale das Rückenmark erreicht haben, werden sie entlang von Nervenbahnen im Rückenmark zum Gehirn weitergeleitet.



Manchmal nicht auf Anhieb lokalisierbar

Die Art des Schmerzes und der Ort, an dem er auftritt, geben oft Aufschluss über die Schmerzursache. Manchmal täuscht der Schmerz jedoch eine völlig andere Ursache vor. So kann z.B. bei Herzbeschwerden der linke Arm schmerzen oder bei Zahnschmerzen das Gefühl von Kopf- oder Ohrenscherzen entstehen. Oft kommen zu starken Schmerzen noch psychische Belastungen wie Unruhe oder Angst hinzu.

Im Gehirn werden die Schmerzsignale verarbeitet. Der Schmerz wird wahrgenommen und sein Entstehungsort erkannt.



Schmerzreize werden über die Nerven zum Rückenmark im Wirbelkanal geleitet.

Wie entstehen Schmerzen?

Schmerzen haben meistens einen nachweisbaren Anlass. Der Schaden, den sie anzeigen, lässt sich häufig behandeln, wodurch auch der akute Schmerz bekämpft und in über 90 Prozent weitestgehend beseitigt wird.

Schmerzen beginnen meist dort, wo äussere Reize auf den Körper einwirken, das Gewebe geschädigt ist oder dort, wo eine Entzündung vorliegt. Vom Entstehungsort werden die Schmerzreize als elektrische Impulse zum Rückenmark geleitet. Nachdem sie das Rückenmark erreicht haben, bewegen sie sich entlang der Nervenbahnen im Wirbelkanal hinauf bis ins Gehirn. Dort wird die schmerzende Stelle lokalisiert und der Schmerz dringt ins Bewusstsein.

Das Schmerzgedächtnis

Bei unbehandelten oder nicht ausreichend behandelten Dauerschmerzen werden ständig Schmerzreize zum Gehirn geleitet. Diese dauernde Schmerzübermittlung führt zu Veränderungen der entsprechenden Nervenfasern und Nervenzellen. Es entsteht ein so genanntes Schmerzgedächtnis. Die Nerven werden überempfindlich und die Betroffenen empfinden bereits kleinste Reize, wie leichte Berührungen oder Wärme, als Schmerz.

Wie werden Schmerzen behandelt?

In erster Linie sollte die Schmerzursache behoben werden. Kurzfristig können leichte Schmerzmittel zur Schmerzlinderung eingenommen werden. Viele Schmerzmittel wirken gleichzeitig entzündungshemmend und fiebersenkend. Halten die Schmerzen an, sollten Sie zum Arzt gehen. Er wird Sie gründlich untersuchen und die Ursache der Schmerzen diagnostizieren. Er stellt fest, ob ein Schmerzmittel nötig ist und welches am geeignetsten hilft.

Wichtig

Treten Schmerzen auf, sind folgende Punkte von grosser Bedeutung:

- In erster Linie Schmerzursache beheben.
- Kurzfristig kann ein leichtes Schmerzmittel (z.B. Acetylsalicylat, Ibuprofen oder Paracetamol) die Beschwerden lindern.
- Lassen die Schmerzen nicht nach, ist eine ärztliche Abklärung nötig.
- Das gleiche gilt, wenn starke Schmerzen vorliegen, wenn sie nicht einer bestimmten Stelle im Körper zugeordnet werden können und wenn weitere Beschwerden hinzukommen.
- Bei langfristiger Einnahme zeigen Schmerzmittel Nebenwirkungen und können sogar selbst Schmerzen auslösen. Fragen Sie deshalb Ihren Arzt oder Apotheker.
- Schwangere sollten möglichst auf die Einnahme solcher Präparate verzichten; im Ausnahmefall können Sie auf Paracetamol zurückgreifen. Auch Säuglingen und Kleinkindern kann im Ausnahmefall ein Paracetamol-Zäpfchen (in niedriger Dosierung) verabreicht werden.

11120-0406

www.mepha.ch

Die mit dem Regenbogen

