

## Wichtig!

Am ersten Aufnahmetag erfolgt durch eine umfassende Untersuchung eine nochmalige Überprüfung Ihres aktuellen Gesundheitszustandes. Sollten sich im Vergleich zur letzten ausführlichen Vorstellung (sgn. „Assessment“) große Unterschiede ergeben, muss Ihre weitere Behandlung ggf. angepasst werden, da zu diesem Zeitpunkt eine andere Behandlungsform erfolgversprechender sein könnte. Wir behalten uns daher eine Änderung des bisher geplanten Vorgehens vor. Dies könnte für Sie auch bedeuten, dass das Programm verkürzt bzw. nicht durchgeführt wird.

Die Wirksamkeit der multimodalen Schmerzbehandlung ist in zahlreichen Studien nachgewiesen. Voraussetzung für einen Therapieerfolg ist Ihre aktive Mitarbeit. Sie werden in der Regel für den gesamten Zeitraum Ihrer tagesstationären Behandlung krankgeschrieben. Für die Zeit der Krankschreibung setzt der Gesetzgeber voraus, dass Sie sich darum bemühen sollten, möglichst schnell wieder gesund zu werden. Daher sollen Freizeitaktivitäten nach der tagesstationären Entlassung während des Aufenthaltes (abends, an Wochenenden oder Feiertagen), die mit dem Grund für die Arbeitsunfähigkeit nicht in Einklang zu bringen sind, unterlassen werden. Dagegen werden Belastungserprobungen, die Ihre Gesundheit fördern, befürwortet. Bei Fragen dazu stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Ein Therapieerfolg misst sich nur zum Teil an der Abnahme der Schmerzstärke am Ende der drei Wochen. Gerade bei lang anhaltenden Schmerzen führen häufig erst Veränderungen in der Lebensführung zu einer Veränderung des Schmerzes und des Schmerzerlebens. Solche Veränderungen herbeizuführen wird daher auf allen Behandlungsebenen Bestandteil der Therapie sein.

## So erreichen Sie uns

### Mit dem PKW

Über die Autobahn A5 -Ausfahrt Freiburg Mitte, aus Richtung Schwarzwald über die Bundesstraße B31, jeweils der Ausschilderung „Uni-Kliniken“ folgen.

### Öffentliche Verkehrsmittel

Mit der Straßenbahn der Linie 5 (Hornusstraße) ab Innenstadt über den Hauptbahnhof, bis Haltestelle Robert-Koch-Straße. Mit der Straßenbahn der Linie 4 ab Innenstadt über den Hauptbahnhof, an der Haltestelle Kilianstraße aussteigen.

**Zu Fuß** ab Hauptbahnhof in ca. 10 Minuten.

Die genaue Wegbeschreibung finden Sie unter [www.uniklinik-freiburg.de/schmerzzentrum/kontakt-und-anfahrt.html](http://www.uniklinik-freiburg.de/schmerzzentrum/kontakt-und-anfahrt.html)

### Kontakt

**Interdisziplinäres Schmerzzentrum**  
Universitätsklinikum Freiburg, Neurozentrum  
Breisacher Straße 64, 79106 Freiburg  
Telefon 0761 270-50200  
Telefax 0761 270-50130  
E-Mail [schmerz@uniklinik-freiburg.de](mailto:schmerz@uniklinik-freiburg.de)

[www.uniklinik-freiburg.de/schmerzzentrum.html](http://www.uniklinik-freiburg.de/schmerzzentrum.html)

### Stand bei Drucklegung

Herausgeber: Universitätsklinikum Freiburg© 2018  
Redaktion: Interdisziplinäres Schmerzzentrum  
Gestaltung: Medienzentrum | Universitätsklinikum Freiburg

## INFORMATIONEN

### 3-wöchiges multimodales tagesstationäres Behandlungsprogramm



### Interdisziplinäre Therapie bei chronischen Schmerzen

**Interdisziplinäres Schmerzzentrum ISZ**  
Universitätsklinikums Freiburg

## Liebe Patientin, lieber Patient

wir sehen bei Ihnen die Notwendigkeit für eine tagesstationäre multimodale Krankenhausbehandlung und möchten Sie darüber genauer informieren.

Diese Behandlung ist keine Rehabilitationsbehandlung. Sie benötigen eine Krankenhauseinweisung dazu. Die Behandlung hat keine gutachterliche Bedeutung und bewertet nicht Ihre Arbeitsfähigkeit

## Behandlungsrahmen

Die Behandlung umfasst drei Wochen.

Mit Ihnen zusammen werden noch fünf weitere Patienten in der Tagesklinik therapiert. Die Therapie erfolgt teilstationär/tagesstationär. Behandlungen finden täglich, außer am Wochenende und an Feiertagen, in der Zeit von 8 Uhr bis 16 Uhr statt.

Sie erhalten zu Beginn der tagesstationären Behandlung einen genauen Wochenplan. Bitte beachten Sie, dass jede erfolgte Behandlung vom jeweiligen Therapeuten abgezeichnet werden muss! Nach dem täglichen Behandlungsende um 16 Uhr werden Sie jeweils entlassen und am Folgetag wieder aufgenommen. Sie selbst müssen sich jedoch nur einmal am ersten Tag der 3-wöchigen Behandlung bei der Verwaltung anmelden. Die weiteren Verwaltungstätigkeiten übernimmt das ISZ.

Bei einer Entfernung zu Ihrem Wohnort von weniger als einer Fahrstunde übernachten Sie täglich zuhause. In allen anderen Fällen bemühen wir uns zusammen mit Ihnen um eine gute Regelung.

## Behandlungsinhalte

**Die multimodale Behandlung beinhaltet die Untersuchung und Behandlung von Schmerzen in all ihren Anteilen:**

- Von **schmerzmedizinischer Seite** aus wird auf diejenigen Anteile Einfluss genommen, die direkt mit der Schmerzweiterleitung zu tun haben. Das kann dort, wo es sinnvoll ist, eine Erweiterung der Diagnostik beinhalten. Aber auch die medikamentöse Behandlung und gegebenenfalls die Therapie von Begleiterkrankungen werden berücksichtigt. Möglicherweise ist es auch sinnvoll Medikamente, die sich bzgl. der Schmerzreduktion als weniger wirksam erwiesen haben, langsam zu reduzieren. In manchen Fällen kann eine ergänzende Infiltrationstherapie (Spritzenbehandlung z.B. im Bereich der Wirbelgelenke oder -nerven) unterstützend durchgeführt werden. Auch chirotherapeutische Behandlungen können kombiniert werden. Tägliche ärztliche Visiten und Einzelgespräche gehören zum Programm.
- Die **Physiotherapeuten (Krankengymnasten)** behandeln die Anteile des Schmerzes, die mit dem Halte- und Bewegungsapparat (Muskeln, Sehnen, Bänder) zusammenhängen und arbeiten an Kraft und Beweglichkeit. Dazu werden täglich Einzelbehandlungen sowie an verschiedenen Tagen Bewegungsbad und ein Körperwahrnehmungstraining in der Gruppe durchgeführt.

- In der **Schmerzpsychotherapie** (tägliche Schmerzgruppe und insgesamt dreimalige Einzeltherapie) werden hilfreiche Hinweise im Umgang mit dem Schmerz im Alltag vermittelt. Daneben werden Möglichkeiten besprochen, mit Veränderungen oder Anforderungen, die als Folge des Schmerzes oder auch unabhängig vom Schmerz bestehen, umzugehen. Im Entspannungstraining können Sie lernen, gezielt Spannungen loszulassen und ungünstige Kreisläufe von schmerzbedingter Muskelanspannung und verstärktem Schmerz zu durchbrechen und Ihrem Körper eine Möglichkeit zu geben, auch mit Schmerzen wieder aufzutanken.
- Die **Pflegekräfte** stehen Ihnen bei allen Tätigkeiten unterstützend mit zahlreichen Gesprächen zur Seite und führen das Entspannungstraining und eine Nordic Walking Gruppe durch.
- Einmal wöchentlich werden **sozialmedizinische Informationen** zu wichtigen Themen (amtliche Hilfen, Berufsförderungsmaßnahmen etc.) vermittelt.
- Zusätzlich erfolgen, je nach Bedarf, **Einzeltherapien und -beratungen** (Ergotherapie, Sozialberatung, Chirotherapie).

