

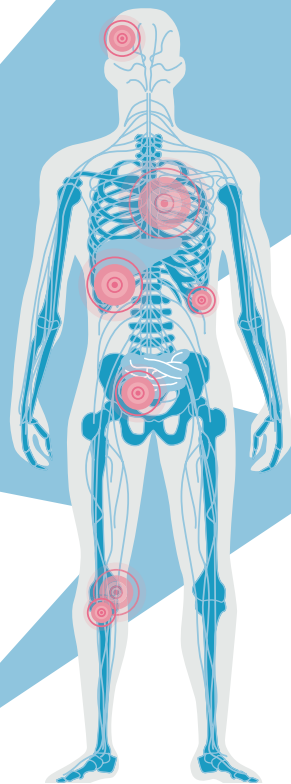
WEGE AUS DEM TUMOR-SCHMERZ

WAS IST TUMORSCHMERZ?

Tumorschmerzen gehören zu den häufigsten und am belastendsten Beschwerden bei Krebserkrankungen. Die Schmerzen können durch den Tumor selbst, durch diagnostische Maßnahmen oder durch die Tumortherapie hervorgerufen werden. Je nach Ort des Tumors und der Anzahl der Schmerzrezeptoren in der Umgebung können mit seinem Wachstum oder dem seiner Metastasen verschiedene Schmerzformen auftreten: direkte Schmerzen von Nerven, Weichteilen, Knochen und inneren Organen sowie indirekte Tumorschmerzen, die z. B. durch Bettlägerigkeit in Folge der Erkrankung ausgelöst werden.

WIE VIELE MENSCHEN SIND IN DEUTSCHLAND BETROFFEN?

Etwa 50 bis 70 Prozent aller Krebspatienten sind von Tumorschmerzen betroffen. Sie können in jedem Stadium der Erkrankung auftreten. Je fortgeschrittener die Erkrankung ist, desto häufiger treten Schmerzen auf. In Deutschland leiden schätzungsweise 220.000 Menschen an behandlungsbedürftigen Tumorschmerzen.



DAS KRANKHEITSBILD

Tumorschmerzen treten meist als Dauerschmerzen auf. Daneben leiden Betroffene häufig auch unter einschießenden Schmerzspitzen, den sogenannten Durchbruchschmerzen. Diese Spitzen können durch einfache Bewegungen, durch Aktivitäten der inneren Organe oder durch psychische Belastungen ausgelöst werden und bedürfen einer besonderen Aufmerksamkeit. Einige Schmerzformen sind typisch für bestimmte Tumorarten. So wird Knochen- und Knochenhautschmerz meist als heller, gut lokalisierbarer Schmerz beschrieben, der häufig bei körperlicher Belastung und bei bestimmten Bewegungen auftritt. Weichteilschmerz wird dagegen als brennender bis bohrender Dauerschmerz empfunden oder tritt als plötzlich einschießende, blitzartige Schmerzattacke auf. Nervenschmerz ist spitz, hell und tritt attackenartig, manchmal als brennender Dauerschmerz auf und ist schlecht lokalisierbar. Eingeweideschmerz ist dagegen dumpf, schlecht lokalisierbar und wird als kolikartig empfunden.



DIE DIAGNOSE – WIE LASSEN SICH TUMOR-SCHMERZEN ERKENNEN?

Da mehr als ein Drittel aller Tumorpatienten an zwei oder mehr Schmerzursachen leidet, ist zu Beginn einer Therapie die sorgfältige Schmerz-anamnese besonders wichtig. Dies betrifft Fragen zur Tumorerkrankung, zum Schmerzbeginn, zur Schmerzlokalisation, Intensität und zum Verlauf. Zudem müssen Arzt und Patient über vorausgegangene Schmerztherapien (Verträglichkeit, Nebenwirkungen), vegetative Begleitsymptome, die psychische Situation (Stimmung, Leistungsfähigkeit) und die psychosoziale Lage (Lebensqualität, Familie) des Betroffenen sprechen. Die weitere Diagnostik besteht aus einer körperlichen Untersuchung samt Klärung des neurologischen Status. Methoden apparativer Diagnostik (wie CCT, MRT) kommen je nach Allgemeinzustand des Patienten zum Einsatz.



DIE THERAPIE – WELCHE BEHANDLMÖGLICHKEITEN GIBT ES?

Jeder tumorbedingte Schmerz verpflichtet zu einer angemessenen Behandlung. Das Ziel der Therapie muss sein, den Schmerz auszuschalten beziehungsweise ihn auf ein erträgliches Maß zu reduzieren. Heute kann dieses Ziel bei rund 90 Prozent der Patienten erreicht werden. Im Mittelpunkt der Behandlung steht nicht zwangsläufig die Beseitigung oder Verkleinerung des Tumors, sondern die Linderung der schmerzbedingten körperlichen und seelischen Beeinträchtigungen. Tumorpatienten brauchen Unterstützung bei der Bewältigung ihrer Erkrankung. Als maßgeschneidertes und effektives Therapiekonzept hat sich ein multimodales Vorgehen erwiesen. Es schließt neben der medikamentösen Behandlung auch Psychotherapie, Patientenschulung, physikalische Therapie sowie Entspannungstechniken mit ein.



TIPPS – LEBEN MIT CHRONISCHEN TUMOR-SCHMERZEN

Verdrängung ist kontraproduktiv – mittlerweile weiß man, dass Schmerzen umso deutlicher hervortreten, desto stärker sie verdrängt werden. Deshalb kann es auch eine große psychische Hilfe sein, sich ihnen in einem Gespräch aktiv zu stellen. Es geht darum, sich nicht vom Schmerz oder der Diagnose Tumor beherrschen zu lassen. Ähnliches gilt für Ängste, die viele Patienten in Bezug auf ihre Erkrankung oder eine Schmerzbehandlung haben: In einem offenen Gespräch, zum Beispiel mit dem Schmerztherapeuten, können Fragen nach der Sinnhaftigkeit bestimmter Schmerzmittel und deren Nebenwirkungen geklärt werden. Medikamente verschaffen häufig eine ausreichende Schmerzlinderung und ermöglichen den Patienten wieder mehr Handlungsfreiheit. Das gibt ihnen Kraft für andere Dinge.