

Interview

In Europa und den USA leiden 3%-5% aller Kinder und Jugendlichen unter den Folgen ihrer chronischen Schmerzerkrankung: sie fehlen häufig in der Schule und sind in ihrer Lebensqualität deutlich eingeschränkt. Die Langzeitprognose dieser Kinder mit chronischen Schmerzen ist ohne eine effektive Behandlung sehr schlecht. Durch eine intensive interdisziplinäre und multimodale Schmerztherapie, die medizinische, psychologische und soziale Aspekte der Schmerzerkrankung berücksichtigt, können 60% der Kinder geheilt werden. Allerdings fehlt es zurzeit an ausreichend spezialisierten Schmerzzentren für Kinder und Jugendliche – in Deutschland, in den USA und in vielen anderen Ländern. Um Versorger aus der ganzen Welt zu unterstützen, ein multimodales Schmerztherapieprogramm zu entwickeln und vor Ort aufzubauen, bieten die Universitätskinderklinik der Harvard Medical School (Boston Children's Hospital), USA, und das Deutsche Kinderschmerzszentrum an der Vestischen Kinder- und Jugendklinik Datteln – Universität Witten/Herdecke einen 3-tägigen Workshop in Datteln an. Geleitet wird der Experten-Workshop von Prof. Dr. Boris Zernikow, Datteln, und Prof. Navil F. Sethna, Boston, USA.

Prof. Zernikow und Prof. Sethna, warum sind primäre chronische Schmerzen, das heißt Schmerzen, bei denen keine nachweisbare Grunderkrankung vorliegt, ein Problem in Industriegesellschaften wie den USA und Deutschland?

Zernikow: Bei primären chronischen Schmerzen liegt eine Störung des peripheren und zentralen Nervensystems vor, die ohne Vorboten oder nach einer Verletzung oder Krankheit beginnt. Das Nervensystem ist nicht zerstört, wie bei anderen Erkrankungen, sondern über-reagiert, wenn es gereizt wird. Geringfügige Veränderungen im Körper, beispielsweise eine gesteigerte Darmbewegung, werden durch das Gehirn überinterpretiert und als sehr schmerzhaft wahrgenommen.

Sethna: Chronische Schmerzen beeinflussen die gesamte Familie. Sie führen zu Sorgen, Frustration, Wut, Angst und Depression, wenn keine Heilung in Sicht ist und der Schmerz die Aktivitäten des täglichen Lebens, den Schulbesuch und die Teilhabe an Sport und den Austausch mit Freunden beeinträchtigt.

Einige Studien deuten darauf hin, dass die Prävalenz primärer chronischer Schmerzen steigt. Was sind die Gründe für diese Entwicklung?

Sethna: Kinder und Jugendliche sind in unseren Gesellschaften durch die Ansprüche aus ihrer Umwelt einem hohen Erwartungsdruck ausgesetzt. Manchmal wird dieser durch Eltern, die Schulen, den Sportverein oder die Musikschule noch weiter verstärkt. Die Ansprüche und das schnelle, hektische Leben sind für diese jungen Menschen eine große Herausforderung und führen nicht selten zu starkem Stress. Wenn der Stress chronisch wird, schaffen es die Kinder nicht mehr, sich dem schnellen Wandel in ihrer physischen und sozialen Umwelt anzupassen, was wiederum zu emotionalen und körperlichen Belastungen führen kann. Kinder und Jugendliche mit solchen biologischen, psychologischen und sozialen Stressoren haben ein höheres Risiko, chronische Schmerzen zu entwickeln.

Welche Behandlung eignet sich am besten für Kinder und Jugendliche mit schweren chronischen Schmerzen?

Zernikow: Bei der Behandlung chronischer Schmerzen muss das Gehirn lernen, umzulernen. Falls im psychosozialen Umfeld des Kindes Stressfaktoren vorliegen, müssen diese als erstes angegangen werden. Im zweiten Schritt müssen das Kind und die Familie verstehen, dass chronische Schmerzen völlig anders zu behandeln sind als akute Schmerzen. Bei akuten Schmerzen sind etwas Ruhe und eine Pause manchmal eine gute Idee, um dem Körper die Möglichkeit zu geben, die Verletzung oder die Krankheit zu heilen; bei chronischen Schmerzen ist Ausruhen und Hinlegen keine gute Idee, da dies Schmerz und funktionelle Beeinträchtigung verschlimmern. Drittens ist es wichtig zu verstehen, dass Schmerzmedikamente bei den meisten chronischen Schmerzen nicht hilfreich sind. Eine sogenannte interdisziplinäre Schmerztherapie, d.h. eine Kombination aus Aufklärung über den Schmerz, Krankengymnastik, medizinischer Trainingstherapie sowie Psychotherapie, die auch die Familie mit an Bord holt, ist die wirksamste Methode, um die funktionelle Beeinträchtigung und den Schweregrad der Schmerzen zu reduzieren sowie das psychische Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen mit chronischen Schmerzen zu verbessern.

Menschen aus der ganzen Welt werden nach Datteln kommen, um über die multimodale Schmerztherapie bei Kindern und Jugendlichen zu lernen. Wer wird an dem 3-tägigen Workshop teilnehmen?

Sethna: Die Kliniker kommen aus Dänemark, Schweden, Litauen, Kanada, Italien, Spanien, Portugal, Neuseeland, Israel, Belgien, Großbritannien und Deutschland.

Was lernen die Teilnehmer des Workshops und was ist die wichtigste Eigenschaft des Kurses?

Zernikow: Die Grundlage des Therapieansatzes stellt eine multiprofessionelle Sichtweise und Vorgehensweise dar. Ein weiterer wichtiger Aspekt ist es, Kindern und Familien hilfreiche Strategien im Umgang mit den Schmerzen zu vermitteln. Genau dies wird im Kurs detailliert besprochen. Des Weiteren werden die Teilnehmer lernen, wie man ein Projekt zur Behandlung von chronischen Schmerzen bei ihnen zuhause entwickelt, durchführt und in seiner Wirksamkeit überprüft.

Falls Sie einen Traum von Schmerztherapie bei Kindern und Jugendlichen hätten – wie würde dieser aussehen?

Zernikow: Mein Traum ist es, dass alle Kinder, unabhängig von ihrem sozialen und finanziellen Hintergrund, auf der ganzen Welt Zugang zu einer qualitativ hochwertigen Schmerztherapie haben.

Sethna: Ich stimme Prof. Zernikow zu, alle Kinder sollten unabhängig von ihrem sozioökonomischen Status Zugang zu einer angemessenen Behandlung chronischer Schmerzen haben, nicht nur weil es ein grundlegendes Menschenrecht darstellt, sondern auch weil die Forschung zeigt, dass bei fehlender frühzeitiger Behandlung die Beeinträchtigungen bis ins Erwachsenenalter bestehen bleiben. Im Kindesalter nicht ausreichend behandelte Schmerzen führen zu lebenslangen Beschwerden und einer verringerten Lebensqualität bis ins Erwachsenenalter. Mein Traum ist es, dass in allen Kinderkliniken ein Angebot zur Therapie von chronischen Schmerzen zur Verfügung steht, um den Zugang zu einer derartigen Versorgung zu verbessern.