



Liebe Patientin, lieber Patient,

ein Krankenhausaufenthalt ist oft mit der Sorge vor Schmerzen verbunden. Tatsächlich können im Verlauf einer Erkrankung oder deren Behandlung schmerzhafte Phasen auftreten. Doch Schmerz muss kein unausweichliches Schicksal sein – er kann gelindert werden!

Mit diesem Infoblatt möchten wir Ihnen zeigen, dass wir Ihre Schmerzen ernst nehmen und aktiv etwas dagegen tun möchten. Die Linderung von Schmerzen ist ein zentrales Anliegen unseres Hauses.

Eine wirksame Schmerzbehandlung setzt eine offene Kommunikation voraus. Bitte sprechen Sie mit unserem Pflegepersonal oder den behandelnden Ärztinnen und Ärzten über Ihre Schmerzempfindung. Wir möchten wissen, wie es Ihnen geht, nicht erst, wenn Sie uns ansprechen, sondern aktiv und regelmäßig.

Unser Ziel ist es, eine individuell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte Schmerztherapie sicherzustellen, damit Sie sich gut aufgehoben fühlen und bestmöglich genesen können.

## PROFESSIONELLE SCHMERZBERATUNG, DIE SIE SCHRITT FÜR SCHRITT BEGLEITET.



Klinik für Anästhesie,  
Intensiv- & Notfallmedizin  
Chefarzt  
Prof. Dr. Gereon Schälte, M.A.



Oberarzt  
David Schröders



Zentrales Schmerzmanagement  
Pain Nurse  
Ulla Prief-Aldenhoff  
Fachgesundheits- und Krankenpflegerin  
für Intensivpflege und Anästhesie

**Kontakt:** Sekretariat: 02431 89-2232



## SCHMERZTHERAPIE: GUT BEGLEITET – GUT INFORMIERT

Schmerzlinderung ist  
ein zentrales Anliegen  
unseres Hauses.

**Hermann - Josef - Krankenhaus**  
Erkelenz  
Akademisches Lehrkrankenhaus der RWTH Aachen

Tenholter Straße 43, 41812 Erkelenz  
Telefon: 02431 89-0  
E-Mail: [info@hjk-erkelenz.de](mailto:info@hjk-erkelenz.de)  
[www.krankenhaus-erkelenz.de](http://www.krankenhaus-erkelenz.de)

HJK-PD-09-01

**Hermann - Josef - Krankenhaus**  
Erkelenz  
Akademisches Lehrkrankenhaus der RWTH Aachen

## VERSTEHEN SIE IHREN SCHMERZ – WICHTIGE INFORMATIONEN FÜR SIE:



### WAS IST SCHMERZ?

Schmerz ist ein Warnsignal Ihres Körpers.

Es zeigt Ihnen, dass etwas nicht in Ordnung ist oder dass Sie sich verletzt haben. Schmerz hilft, Schäden zu vermeiden und den Heilungsprozess zu unterstützen.

### ARTEN VON SCHMERZ

#### Akuter Schmerz:

Tritt plötzlich auf, meist mit klarer Ursache.

#### Chronischer Schmerz:

Dauert länger als 3 Monate und kann schwer zu behandeln sein.

### WIE BEEINFLUSST SCHMERZ IHR WOHLBEFINDEN?

Schmerzen können nicht nur den Körper, sondern auch Ihre Psyche, Ihr soziales Leben und Ihre Stimmung beeinträchtigen.

Sie können Ängste, Schlafstörungen, Depressionen und Motivationsverlust verursachen. Bei längerer Dauer ziehen sich manche Menschen sozial zurück.

### WARUM IST EINE GUTE SCHMERZBEHANDLUNG WICHTIG?

Unbehandelter Schmerz kann Ihre Gesundheit gefährden:

- Erhöhte Herzbelastung durch hohen Blutdruck und Puls
- Verzögerte Wundheilung
- Muskelverspannungen und Spasmen
- Eingeschränkte Beweglichkeit, die zu weiteren Problemen wie Thrombosen oder Lungenentzündungen führen kann

### WIE WIRD SCHMERZ GEMESSEN?

Da Schmerz subjektiv ist, bitten wir Sie, ihn auf einer Skala von 0 bis 10 anzugeben:

- 0 = Kein Schmerz
- 10 = Stärkste vorstellbare Schmerzen

### Ziel ist es, den Schmerz so gering wie möglich zu halten:

- In Ruhe unter 3
- Bei Belastung unter 5



IHREN SCHMERZ  
KÖNNEN SIE AUF  
EINER SKALA VON  
0 - 10 ANGEBEN

### WAS KÖNNEN SIE TUN?

- Sprechen Sie offen über Ihre Schmerzen
- Nehmen Sie Medikamente wie verordnet ein
- Nutzen Sie zusätzliche Maßnahmen wie Entspannungsübungen oder Lagerung
- Lernen Sie praktische Tipps zur Schmerzreduzierung

### UNSER ZIEL

Unser Ziel ist es, Ihre Schmerzen bestmöglich zu lindern und Ihnen während Ihrer Behandlung ein hohes Maß an Sicherheit und Komfort zu bieten. Eine vollständige Schmerzfreiheit ist nicht in allen Situationen realistisch, dennoch begleiten wir Sie aktiv, um Ihre Beschwerden so gering und erträglich wie möglich zu halten und Ihre Genesung zu unterstützen.

### HABEN SIE FRAGEN?

Sprechen Sie uns an! Wir sind für Sie da und helfen Ihnen, den Umgang mit Schmerzen besser zu verstehen.

