

Ein Indianer kennt keinen Schmerz?

Fotos: Dr. von Haunersches Kinderspital, München



Das Schmerzteam des Dr. von Haunerschen Kinderspitals (v.l.): Privat-Dozentin Dr. Martina Heinrich, Dr. Jörg Hermann, Privat-Dozent Dr. Florian Hoffmann und Sabine Lubner-Langener.

Schmerzen stellen ein alltägliches Problem in der Versorgung kranker Kinder dar. Oft ist es schwer zu beurteilen, unter welchen Schmerzen ein Kind leidet und wie stark diese Schmerzen sind. Das Schmerzmanagement bei Kindern ist eine besondere Herausforderung.

In der Kinderklinik im Dr. von Haunerschen Kinderspital in München, gerne „das Haunersche“ genannt, geht man neue Wege im Umgang mit dem Schmerz der Kinder. „Wir wollen mit unserem Projekt einen ganzheitlichen Ansatz in der Schmerztherapie umsetzen und die Schulmedizin um alternative Strategien ergänzen. Damit setzen wir im Akutbereich das ein, was sich auch in der chronischen Schmerztherapie bewährt hat“, sagt Privat-Dozentin Dr. Martina Heinrich. Seit einigen Monaten ist im Haunerschen deshalb ein Schmerzteam im Einsatz. Es unterstützt und schult Ärzte und Pflegende. Neben einer guten medikamentösen Schmerztherapie werden unterstützend etwa Akupunktur und Akupressur sowie medizinische Hypnose eingesetzt.

Blut abnehmen, einen Verband wechseln, einen Katheter oder die Infusions-

nadel setzen – es gibt so viele Situationen, vor denen sich Kinder und Jugendliche im Krankenhaus fürchten und die leider mehrfach durchgeführt werden müssen. „Je jünger die Patienten sind, umso ausgelieferter fühlen sie sich“, weiß Dr. Heinrich, „Angst und Stress verstärken dann den Schmerz. In der Schulmedizin setzen wir als bewährte Therapie Medikamente ein, um den Schmerz zu behandeln. Schmerzwahrnehmung und somit auch die Behandlung von Schmerzen sind aber ganzheitlich zu betrachten.“

Ablenkung funktioniert

Es gibt neben den Medikamenten andere erfolgreiche Techniken, die unterstützend sein können. „Der Schmerz kann im Gehirn durch Ablenkung, die möglichst viele Sinne anregt, quasi ausgeschaltet werden. Dazu

lenken wir die Aufmerksamkeit um“, erklärt die Schmerzexpertin. Wie das funktioniert? Bei den ganz Kleinen helfen etwa Zauberstäbe mit Glitzer und wechselnden Farben, sich drehende Windräder oder Seifenblasen. Ab dem Kindergartenalter auch Wimmel- oder Pop-up-Bücher oder Bücher, in denen zum Beispiel Tierstimmen auf Knopfdruck zu hören sind. Das alles fasziniert und fesselt die Gedanken des Kindes. Ab dem Schulalter lenkt eine Phantasiereise ein Kind während einer Untersuchung ab. Dabei sollte das Kind selbstwirksam eingebunden werden und die Geschichte mit allen Sinnen mitgestalten. Auch Frage-, Denk- und Rechenspiele eignen sich, die Gedanken des Patienten ‚umzuleiten‘ – weg vom aktuellen Geschehen: „Welche Gegenstände kennst du, die mit einem A, B, C ... beginnen?“

Hörbücher, Musik, Videos, bewegte Bilder auf dem Tablet, ausgewählte Spiele-Apps oder virtuelle Brillen helfen, von der medizinischen Prozedur und dem Schmerz abzulenken. Ablenkung sei aber kein Ausricksen oder gar Täuschung, betont Dr. Heinrich: „Imagination bis hin zur medizi-



So ein Unfug!



*Ablenkung macht Spaß:
Mitarbeiter der kinder-
chirurgischen Station.*



*In dieser Kiste stecken
unzählige Strategien und
Techniken, um das Kind
während einer schmerzhaften
Untersuchung abzulenken.*

nischen Hypnose sind sehr wirkungsvoll. Bei einer Blutentnahme kann ein imaginärer Zauberhandschuh, der dem Kind vorab mit ausgesuchten, schützenden Worten angezogen wird, helfen, dass der Schmerz beim Eindringen der Nadel in die Vene nicht mehr stört. Im Unterbewusstsein des Kindes wird mit der Geschichte des schützenden, imaginären Handschuhs ein Bild aufgebaut. Diese Fokussierung schaltet das Schmerzempfinden aus. Und das klappt – übrigens auch bei Erwachsenen.“

Und die Eltern?

Ohne die Einbindung der Eltern geht es nicht. Mutter oder Vater werden in der Münchener Kinderklinik vorab angeleitet, damit sie ihr Kind in der Situation unterstützen. Das braucht Ruhe und vor allem Zeit.

Schon die Lagerung des Patienten bei einer Untersuchung ist entscheidend, ob sich Panik und Angst einstellen. „Allein auf der Untersuchungsfläche zu liegen, ist für das Kind oft die schlechteste Situation, um ihm Blutabzunehmen. Viel besser gelingt

es, wenn die Mutter das Kind sitzend oder liegend im Arm hält, es streichelt und ablenkt“, so die Ärztin.

Ganz wichtig: Kommunikation

„Wer gegenüber Kindern die Situation herunterspielt, von tapferen Indianern erzählt, die keinen Schmerz kennen, oder gar das Kind anlügt – ‚Hab keine Angst, das tut nicht weh, das geht jetzt ganz schnell‘ – der nimmt seinen Patienten nicht ernst“, sagt Dr. Heinrich mit Nachdruck. „Wir erklären und umschreiben während der Maßnahme ohne angsteinflößende Worte die Situation. Wenn ein Kind fragt, ob es weh tun wird, dann muss ich ehrlich bleiben, aber dem Kind auch sagen: ‚Wir helfen dir und zeigen dir, wie du erfolgreich da durchgehen kannst! Wir dürfen Kinder nicht unterschätzen.“

Kurzfilm

Dr. Martina Heinrich und ihr Team stecken viel Herzblut in das Schmerzprojekt, das sich allein aus Spenden finanzieren muss. Ganzheitliche Schmerztherapie wie man sie im

Dr. von Haunerschen Kinderspital versteht, steht nicht im Leistungskatalog der Krankenkassen. Was der Schmerz für ein Kind bedeutet und wie man ihm begegnen kann, zeigt eindrucksvoll ein Kurzfilm, der mit Hilfe von Herzenswünsche e.V. produziert wurde. Gundula Schmid, stellvertretende Vorstandsvorsitzende des Vereins: „Auch wir wollen einen Beitrag dazu leisten, bundesweit Schmerzteams in den Kinderkliniken zu etablieren, indem wir beispielsweise die Aus- und Weiterbildung von Klinikpersonal zu Schmerztherapeuten finanzieren.“ (sz)

Wer den Aufbau von Schmerzteams in Kinderkliniken unterstützen möchte, kann dies mit einer Spende tun:

Herzenswünsche e.V.

Sparkasse Münsterland-Ost

IBAN: DE45 4005 0150 0000 370080

SWIFT-BIC: WELADED1MST

Kennwort: Schmerzteam