



INTERPROFESSIONELLE  
SCHMERZSPRECHSTUNDE

# Kinder und Jugendliche mit chronischen Schmerzen

# Chronische Schmerzen

## Was sind chronische Schmerzen?

Jeder hat in seinem Leben schon Erfahrung mit Schmerzen gemacht. In den meisten Fällen ist der Schmerz vorübergehend und tritt im Rahmen einer Verletzung oder Entzündung auf. Dieser akute Schmerz hat eine Warnfunktion und schützt vor weiteren Schäden. Manchmal können Schmerzen aber auch bestehen bleiben oder treten ohne erkennbare Ursache auf. Wenn Schmerzen über mehrere Monate bestehen, spricht man von chronischen Schmerzen. Dies kann auch schon bei Kindern und Jugendlichen der Fall sein. Sie beeinträchtigen häufig verschiedene Lebensbereiche und können zu einer grossen Belastung für das Kind und seine Familie werden.

## Was können wir tun?

In unserem interprofessionellen Team helfen wir den Patientinnen und Patienten sowie ihren Familien die Schmerzen besser zu verstehen und in den Griff zu bekommen. Dabei behandeln wir Schmerzen ganzheitlich aus körperlicher, seelischer und sozialer Sicht und berücksichtigen dabei die individuelle Lebenssituation. Zusammen mit den Patientinnen und Patienten sowie ihren Familien erarbeiten wir eine Behandlungsempfehlung und das weitere Vorgehen.



## Behandlungselemente

- Zusammentragen, vervollständigen und einordnen von Untersuchungen und deren Ergebnisse
- Schmerzedukation: Den Schmerz verstehen
- Körperorientierte und mentale Therapieelemente: Physiotherapie, Ergotherapie, Entspannung, Hypnotherapie, Osteopathie, TENS, integrative Therapieansätze in Zusammenarbeit mit dem Zentrum für integrative Medizin KSSG (z.B. Akupunktur, ...)
- Sozialberatung: Beratung im Zusammenhang mit Schule und Lehre
- Psychologische Schmerztherapie: unsere Psychologen unterstützen beim Finden von Strategien im Umgang mit den Schmerzen
- Medikamentöse Therapie

## Schmerzedukationsgruppe

- Weiterführende multiprofessionelle Schmerzedukation in Kleingruppen für Patienten und deren Eltern nach Abklärung in der Schmerzsprechstunde
- Zeit für gemeinsamen Erfahrungsaustausch
- Vorstellung von Tipps und Übungen aus den Bereichen Physiotherapie, Psychologie, Entspannung und Imagination
- 2 aufeinanderfolgende Termine am Abend, Dauer ca. 2h, die Kosten werden von der Krankenkasse übernommen
- Informationen über aktuelle Termine können in der Schmerz-Sprechstunde erfragt werden

## Multiprofessionelles Behandlungsteam

Unter der Leitung von  
Dr. med. Katrin Lengnick,  
Oberärztin mbF Neuropädiatrie

- Ärztlicher Dienst
- Psychologie
- Physiotherapie
- Sozialberatung
- Pflegedienst



## Den Schmerz verstehen und was zu tun ist

[www.deutsches-kinderschmerzszentrum.de/  
ueber-uns/videos/](http://www.deutsches-kinderschmerzszentrum.de/ueber-uns/videos/)

## INFORMATION & ANMELDUNG

Die Überweisung in die Schmerzsprechstunde erfolgt durch den Kinder- oder Hausarzt an das Sekretariat KER-Zentrum. Zur Vorbereitung auf die Sprechstunde erhalten die Patientin oder der Patient sowie die Eltern einen Fragebogen, der uns zur Vorbereitung auf die Sprechstunde hilft.

Sekretariat KER-Zentrum  
T +41 71 243 73 32  
Info.kerzentrum@kispisg.ch

## **Ostschweizer Kinderspital**

Claudiusstrasse 6 | CH-9006 St. Gallen | T +41 (0)71 243 71 11 | kispisg.ch