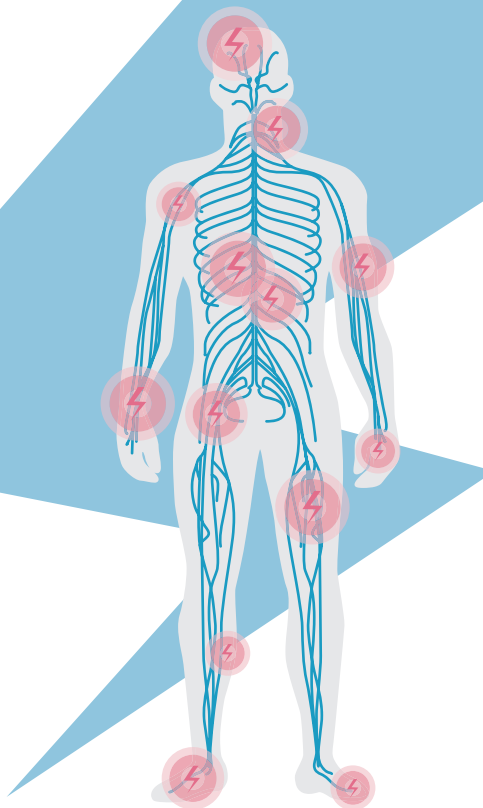


WAS IST NEUROPATHISCHER SCHMERZ?

Neuropathische Schmerzen entstehen, wenn das **periphere und/oder das zentrale Nervensystem** durch Verletzung oder Krankheit nachhaltig geschädigt und dadurch verändert wird. Der Patient spürt den Schmerz oft nicht nur an den verletzten Nerven selbst, sondern vielmehr an den mit ihnen verbundenen Körperteilen. Eine häufige Ursache für neuropathische Schmerzen ist der Diabetes Mellitus. Da infolge der Zuckerkrankheit oft zahlreiche Nerven betroffen sein können, spricht man von einer diabetischen Polyneuropathie.

WIE VIELE MENSCHEN SIND IN DEUTSCHLAND BETROFFEN?

In Deutschland leiden etwa **zwölf Millionen Menschen** unter Chronischen Schmerzen. Davon sind circa 1,4 Millionen von neuropathischen Schmerzen betroffen. Nervenschmerzen sind meist chronisch und gehören zu den häufigsten Gründen für Arztbesuche. Bei jedem dritten Diabetespatienten verursachen zu hohe Blutzuckerwerte eine Polyneuropathie.



DAS KRANKHEITSBILD

Neuropathische Schmerzen treten oft überfallartig ohne sichtbaren äußeren Reiz auf. Betroffene beschreiben sie häufig als **stechend und brennend**. Die Nervenschädigung bewirkt neben einem gesteigerten Schmerzempfinden auch meist eine gestörte Wahrnehmung für Berührungs- und Temperatureize. Diese veränderte Sensibilität wie auch mögliche Taubheitsgefühle oder Kribbeln schränken die Lebensqualität der Betroffenen stark ein.

Schädigungen des peripheren Nervensystems entstehen oft nach einer Operation, einer Gürtelrose oder nach einem Bandscheibenvorfall. Auch das zentrale Nervensystem, also Rückenmark und Gehirn, kann geschädigt werden. Dies ist zum Beispiel der Fall nach einem Schlaganfall, nach einer Querschnittslähmung oder bei Multipler Sklerose.



DIE DIAGNOSE – WIE LÄSST SICH NEUROPATHISCHER SCHMERZ ERKENNEN?

Da Schmerz ein subjektives Erlebnis ist, bildet die gründliche Anamnese die Grundlage für die Diagnose. Bei der individuellen Befunderhebung macht der Patient Angaben zu Schmerzcharakter, -stärke und -ort. Darüber hinaus wird er vom Arzt zu so genannten Positiv- und Negativsymptomen befragt. Das gleichzeitige Auftreten von sensorischen Defiziten, Missempfindungen und Überempfindlichkeiten einerseits und Schmerzen andererseits ist bei diesem Krankheitsbild typisch.

Bei neuropathischen Schmerzen ist eine vollständige neurologische Untersuchung der Schmerzregion nötig. Dabei kommt es unter anderem auf die Prüfung von Schmerz-, Berührungs- und Temperaturempfindlichkeit an.



DIE THERAPIE – WELCHE BEHANDLMÖGLICHKEITEN GIBT ES?

Wichtig für die Behandlung von Nervenschmerzen ist eine multimodale Therapie. Durch die Kombination mehrerer Medikamente werden dabei sowohl die Überempfindlichkeit als auch der Schmerz selbst behandelt.

Eine weitere Behandlungsmethode sind medizinische Verfahren. Mit einer Injektion an die betroffene Nervenbahn kann der Schmerz beruhigt oder seine Wahrnehmung durch elektrische Nervenstimulation unterdrückt werden.

Bewegungstherapie wie Krankengymnastik und Ergotherapie ist ebenfalls ein wichtiger Bestandteil. Psychologische Verhaltenstherapien und Entspannungsübungen helfen dem Patienten, gesundheitsförderndes Verhalten zu erlernen.



TIPPS – LEBEN MIT CHRONISCHEN NERVENSCHMERZEN

Patienten mit neuropathischen Schmerzen leiden deutlich häufiger unter begleitenden Panik- und Angstsyndromen, Depressionen oder Schlafstörungen. Deshalb ist es wichtig, sich diesen Syndromen zu stellen. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt darüber, wie Sie Ihre Angst und Ihr Schonungsverhalten abbauen können.

Nervenschmerzen sind für Außenstehende schwer nachzuvollziehen. Viele Patienten fühlen sich daher nicht ernst genommen und leiden darunter, dass ihr Umfeld nicht ausreichend Anteil nimmt. Lassen Sie sich nicht entmutigen und holen Sie sich Unterstützung zum Beispiel in einer Selbsthilfegruppe. Tauschen Sie sich mit anderen Betroffenen aus und lassen Sie sich zeigen, wie andere Patienten ihren Alltag bewältigen.