

**Zeitschrift:** Infokara Deutschschweiz  
**Herausgeber:** Schweizerische Gesellschaft für Palliativmedizin  
**Band:** - (1995)  
**Heft:** 40

**Artikel:** Pflegerische Interventionen bei Patienten mit chronischen Schmerzen : Vortrag gehalten an der Schweizerischen Krebsstagung vom 27. Oktober 1995  
**Autor:** Bachmann-Mettler, I.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1091652>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 25.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# **Pflegerische Interventionen bei Patienten mit chronischen Schmerzen**

**Vortrag gehalten an der Schweizerischen Krebsstagung  
vom 27. Oktober 1995**

**I. Bachmann-Mettler,**

*Leiterin der Höheren Fachausbildung in Pflege, Schwerpunkt Onkologie,  
Kantonsspital St.Gallen*

---

## **Ueberblick**

Die Pflege von Menschen mit chronischen Schmerzen ist komplex, mehrdimensional und deshalb auch schwierig zu beschreiben.

In den folgenden Ausführungen möchte ich deshalb versuchen, zu erklären, mit was **sich Pflege befasst, wo sie ihre Schwerpunkte setzen will** und welche **Aufgaben** die Pflegenden im speziellen bei Patienten mit Schmerzen haben.

Es geht dabei nicht darum, aufzuzeigen, was allenfalls anstelle einer medizinischen, z.B. medikamentösen Schmerztherapie getan werden kann, sondern, was so wohl als auch getan werden muss. Pflege ohne eine medizinische Schmerztherapie ist wirkungslos, aber auch Medikamente haben ohne die Pflege des leidenden Menschen kaum die gewünschte Wirkung.

## **Eine Definition von Pflege**

Es gibt viele Definitionen und Beschreibungen über das, was Pflege ist oder sein sollte. Kesselring (1994) beschreibt sie wie folgt:

**Pflege befasst sich mit den Auswirkungen von Krankheit und Therapie auf die Aktivitäten des täglichen Lebens und den Umgang mit diesen Auswirkungen.**

Pflegende haben somit einen direkten Auftrag, sich mit Menschen, die unter chronischen Schmerzen leiden zu befassen und mitzuhelfen, damit Linderung möglich wird.

Wir wissen vieles über chronische Schmerzen und deren Auswirkungen. Ich möchte Ihnen aber trotzdem nochmals vor Augen führen, was Schmerzen im

täglichen Leben bewirken können und wie schwierig der Umgang damit sein kann.

So müssen Menschen mit chronischen Schmerzen **Zurechtkommen mit der Ungewissheit**, ob ihre Schmerzen gelindert werden können. Das führt zu Angst und Verunsicherung mit dem Gefühl der Machtlosigkeit und des Ausgeliefert sein, die eigene Identität, die Würde, und das Weiterleben sind bedroht.

Die täglichen Aktivitäten verändern sich auch durch eine **Neueinteilung des Zeitplanes**. Liebe Gewohnheiten, die den Lebensrhythmus bestimmen, die Sinn geben, können nicht mehr gelebt werden, Schlaflosigkeit kann ein zentrales Problem werden und die Schmerzen können so belastend sein, dass das Leben zur Last wird, zur Absurdität.

Menschen die unter Schmerzen leiden, können nicht mehr für sich selber sorgen. Sie brauchen z.B. Unterstützung bei der Körperpflege, beim Gehen, d.h. bei den meisten Aktivitäten, die für Gesunde eine Selbstverständlichkeit sind. Die Abhängigkeit, das auf andere angewiesen sein und Hilfe in Anspruch nehmen müssen, wird oftmals als erniedrigend, als beschämend empfunden.

Chronische Schmerzen haben **Auswirkungen auf die Beziehungen** in und ausserhalb der Familie. Schmerzen sind das Ende der Interessen. Patienten mit chronischen Schmerzen sind sich dieser Auswirkung bewusst. Sie versuchen allenfalls der **sozialen Isolation vorzubeugen**, in dem sie sich auf einzelne nahestehende Personen fixieren oder sie müssen schmerzhaft lernen, **in der Isolation zu leben**.

Das führt zu zahlreichen Verlusten auf ganz verschiedenen Ebenen. Je nach der Bedeutung, die diesen Verlusten beigemessen wird, der Lebensgeschichte und dem kulturellen Hintergrund, leidet die Person. Leiden ist wie Schmerz ein subjektives Erlebnis, das von anderen nie ganz nachempfunden werden kann.

**Leidende Menschen zu pflegen bedeutet, dass für die Pflegenden nicht der Befund im Vordergrund steht, sondern das Befinden des leidenden Menschen.** Verluste bewirken Trauer, trauern heisst loslassen, Abschied nehmen können. Das bedeutet, dass es die Aufgabe der Pflegenden ist, den Patienten dabei zu unterstützen, trotz seinen Einschränkungen ein sinnvolles Leben zu leben. Sinn finden, Abschied nehmen, mitentscheiden, unabhängig sein, und sich so wohl wie möglich fühlen, sind meist die Grundpfeiler, die das Leben lebenswert machen.

Nur einige Beispiele sollen illustrieren, was Patienten, nebst einer guten medizinischen Schmerztherapie und Pflege möglicherweise auch noch benötigen, damit das Leben, das sie noch vor sich haben, wertvoll und ausgefüllt ist.

Für viele Menschen ist es wichtig, mit Angehörigen auch im Spital zusammen zu sein, dass sie dazu gehören und leben wollen, was z.B. heissen kann, auch im Spital kleine, für sie bedeutungsvolle Feste zu feiern, an wichtigen Anlässen, z.B. der Taufe des eigenen Kindes oder der Enkelin noch dabei sein zu können, oder die eigene Katze noch einmal sehen, streicheln können. Dies bedingt jedoch, dass die Pflegenden den Sinn und die Wichtigkeit dieser wertvollen Begegnungen erkennen und sich dafür einsetzen, dass diese auch im Spitalalltag zur Selbstverständlichkeit werden.

## Aufgaben der Pflegenden

Im möchte ich Ihnen aufzeigen, wie Pflegende ihre Aufgabe wahrnehmen können und was sie dazu brauchen.

In erster Linie sind ein **aktuelles Fachwissen** und die **Erfahrung** in der Praxis die Grundlagen einer wirkungsvollen Pflege. Pflegerisches Fachwissen beinhaltet also das Wissen weshalb und das Wissen wie.

Die regelmässige, wiederholte und die Einflussfaktoren berücksichtigende **Schmerzerfassung** sowie die gemeinsame **Schmerzanalyse** mit dem Patienten und anderen Teammitgliedern, sind die Voraussetzungen für jede Intervention. Nur dadurch wird eine adäquate Pflege, Behandlung und Begleitung möglich sein.

Patienten zu unterstützen oder anzuleiten, **wie sie mit ihren Schmerzen umgehen können oder sogar Kontrolle darüber gewinnen können**, bedarf einer genauen Analyse der individuellen Bedürfnisse, Vorlieben und Fähigkeiten.

Eine gute Lagerung, eine Einreibung, ein Wickel, eine spezielle Atemtechnik oder die Fähigkeit, Patienten abzulenken, damit sie Zerstreuung finden oder sich entspannen können, tragen wesentlich dazu bei, dass Patienten mit einem Restschmerz, der durch Medikamente nicht beeinflussbar ist, umgehen lernen, damit leben können, oder dass damit starken Schmerzen vorgebeugt werden kann. Diese nicht invasiven Interventionen sind wirkungsvoll, wenn sie kompetent und mit Erfahrung eingesetzt werden, wenn Patienten gut darüber informiert und davon überzeugt sind, dass sie helfen. Wichtig ist eine Anleitung

und das Erlernen, wenn der Schmerz nicht am stärksten ist. Wenn Patienten diese Maßnahmen selbständig anwenden können, hilft ihnen das enorm, Gefühle der Machtlosigkeit und des Ausgeliefert sein zu reduzieren.

Der korrekte Einsatz von **Hilfsmitteln** und der Umgang damit (z.B. Gehstöcke, Korsetts, gepolsterte Stühle, Handgriffe im Bad) sind **Strategien zur Vorbeugung von Schmerzen**, die nicht zu unterschätzen sind.

Damit Patienten mit der **Therapie zurechtkommen**, benötigen sie eine ausführliche und oft mehrmalige Information, meist auch in schriftlicher Form mit graphischen Darstellungen. Die Einnahme von Medikamenten nach einem festen Zeitplan, also auch dann, wenn sie noch keine Schmerzen spüren, ist für viele Patienten unverständlich, da sie sich bis anhin davon leiten liessen, nur ein Schmerzmittel zu nehmen, wenn es nicht mehr zum Aushalten war. Ebenso muss der „Mythos Morphin“ direkt angesprochen werden, da dies Patienten oftmals nicht wagen. Damit Patienten mit der Therapie zurechtkommen, ist es wichtig, dass sie über die Nebenwirkungen informiert sind und, wenn immer möglich, vorbeugend etwas dagegen unternommen wird. Dies ist immer noch nicht selbstverständlich, so habe ich kürzlich wieder erlebt, dass einer Patientin, trotz hoher Morphindosen, nicht regelmässig Abführmittel gegeben wurde.

Aufgabe der Pflegenden ist es auch, die **ideale Verabreichungsform des Schmerzmittels** zu finden. Sie erkennen, ob es Mühe bereitet, ein Medikament zu schlucken oder häufig gestochen zu werden und können Alternativen anbieten und besprechen.

Medikamente zur **richtigen Zeit** verabreichen bedeutet, sie zu verabreichen, bevor eine Schmerzspitze entsteht oder spätestens dann, wenn der Patient ein Schmerzmittel verlangt. Wenn wir uns tatsächlich an das Motto halten: **Schmerz ist, was der Patient als Schmerz empfindet** und er dagegen ein Schmerzmittel will, so liegt es nicht an uns, zu entscheiden, ob dafür der richtige Zeitpunkt gekommen ist, und schon gar nicht, in diesem Moment zu diskutieren, ob anstelle des Schmerzmittels eine andere Therapie besser wäre.

**Frau E.** die ich gefragt habe, wie sich **erfahrene** Pflegende verhalten schilderte klar, wie wichtig es ist, dass Pflegende sofort handeln:

“Man merkt es daran, wie sie mit den Leuten umgehen und vor allem, wenn sie schnell antworten und handeln. Nicht noch lange herumrennen und fragen, sondern wirklich sofort handeln. Wenn man Schmerzen hat, hat man eins zwei

etwas, wo man sonst manchmal lange warten muss, bis man etwas bekommt. Sie realisieren, dass das dann wichtig ist“.

Eine weitere Möglichkeit der Schmerzlinderung besteht darin, die **Fähigkeiten der Patienten zu erhalten und zu erkennen**. Dies kann bei vielen alltäglichen Tätigkeiten zum Ausdruck kommen und es ist besonders wichtig, die Eigenständigkeit und Selbständigkeit zu fördern, gerade auch um das Selbstvertrauen zu stärken.

Dies beinhaltet eine **individuelle Beratung**, bei der die Ziele und die Wege gemeinsam festgelegt werden. Meist ist es ein schrittweises Vorgehen, bei dem auch die Erwartungen geklärt werden müssen. Dabei ist zu beachten, dass der Patient oftmals selbst weiss, was für ihn gut wäre und die Frage, „Was hilft Ihnen in diesen Situationen“ kann manche falsche Vorstellung unsererseits klären.

Zentral ist dabei sicher, dass Hoffnung auf eine Linderung gemacht wird, ein Versprechen dafür aber nicht gegeben werden soll.

Das Erleben von chronischen Schmerzen bedeutet auch, in einer Krisensituation zu sein, bei der das Ende nicht absehbar ist. Eine Krise löst Gefühle aus, die Menschen normalerweise von sich selbst nicht kennen. Aggressionen, Beschuldigungen, Ambivalenz, aber auch Hoffnungslosigkeit, Passivität bis zur Depression sind Zeichen einer ernsthaften Krise.

Deshalb ist es besonders wichtig, diese Menschen zu **begleiten**. Dazu gehört in erster Linie, die individuelle Wirklichkeit und das Erleben dieser Menschen zu respektieren. Dies bedeutet beispielsweise, dass wir nicht **über** diese Menschen sprechen, sondern mit ihnen. Wenn Sie überzeugt sind, dass Sie das schon lange machen, müssen sich einmal bei der nächsten Visite gezielt beobachten. Begleiten bedeutet also, den Patienten ernst nehmen und ihn auch **kennen** und nicht nur etwas über ihn **wissen**.

Begleiten heisst vor allem auch **sich sorgen um das Wohlergehen**, dafür Verantwortung übernehmen und die Gleichgültigkeit ablegen. Sich sorgen heisst sich zuwenden, sich einfühlen, Menschlichkeit zulassen, emotional berührt sein, ohne die Gefühle des Patienten zu übernehmen. Aufmerksam sein, zuhören können und sich für die Bedürfnisse des Patienten engagieren. Käppeli (1994) hat dies in klaren Worten festgehalten. Ich zitiere: „Pfleger sind nur gute Pfleger, wenn sie bereit und fähig sind, sich bewusst um die

Sorgen und Nöte ihrer Patienten zu kümmern, für sie da zu sein, ihre Probleme mit ihnen tragen und ihnen nach Möglichkeit zu helfen, diese zu reduzieren. Pflege ist nur gut, wenn sie menschlichen Beistand beinhaltet: Pflegende sollen eine Haltung ausstrahlen, die den Patienten Vertrauen vermittelt. Sie sollten wissen, dass jemand für sie da ist, der auf professionelle Art und Weise handeln und entscheiden kann, wenn sie dies nötig haben.“

Pflegen oder Behandeln auf diese Art, ist eine **Kunst**. Ich bin mir bewusst, dass es uns nicht täglich gleich gut gelingt. Es braucht viel Übung, Geduld und Mut, aber auch Risikobereitschaft, da man sich dabei manchmal so fühlt, als balanciere man auf einem Hochseil.

Diese Art der Pflege ist aber auch eine Herausforderung, die viele wahrnehmen, obwohl die restriktiven Verhältnisse im Gesundheitswesen dies enorm behindern.

Die Schmerzerfassung, - analyse, und - therapie, die Pflege, aber auch die Begleitung dieser Menschen und ihrer Angehörigen kann nur gemeinsam, zusammen mit dem Patienten und mit erfahrenen Mitarbeitern der verschiedenen Berufsgruppen im Gesundheitswesen bewältigt werden.

Eine gegenseitig sich **ergänzende Zusammenarbeit** ist deshalb eine grundlegende Voraussetzung. Diese Zusammenarbeit beinhaltet auch Ueberschneidungen, was aber meist nur von Vorteil ist, denn niemand hat soviel Einfühlungsvermögen, Wahrnehmungsfähigkeit, Ausdauer und Wissen um jedem Patienten zu genügen.

## Zusammenfassung

Die beschriebenen Aufgaben und die dazu benötigten Fähigkeiten sind vielfältig und anspruchsvoll. Im Rahmen der Schmerzkampagne der Schweizerischen Krebsliga erhalten wir die Gelegenheit, uns wieder neu damit auseinanderzusetzen und unser Wissen und unsere Erfahrung zu hinterfragen, vor allem aber auch, sie zu erweitern.

## Literatur bei der Verfasserin