

Zeitschrift: Infokara : Fachzeitschrift der Schweizerischen Gesellschaft für palliative Medizin, Pflege und Begleitung

Herausgeber: Schweizerische Gesellschaft für palliative Medizin, Pflege und Begleitung

Band: 4 (1999)

Heft: 4

Buchbesprechung: Was bei Schmerzen hilft [Stein Husebo]

Autor: Eychmüller, St.

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: 24.04.2026

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

St. Eychmüller*

Buchbesprechung

«Was bei Schmerzen hilft»

Dr. med. Stein Husebo, Herder-Verlag, 1999

Ein hilfreiches Buch für alle, die mit Schmerzpatienten zusammenarbeiten, bzw. aus der Behandlung eine Zusammenarbeit entstehen lassen wollen.

Es seien hier besonders die Kapitel über den «chronischen Schmerz» besprochen. Dieser Ratgeber für Betroffene beinhaltet vielleicht übersetzungsbedingt für mich nur einen Widerspruch: «chronischer Schmerz» bedeutet in unserem Sprachraum doch eher unveränderlich, fixiert. Und gerade diese schicksalshafte Haltung möchte das Buch eigentlich angehen: die Lage ist nicht unveränderlich; langdauernde Schmerzen (evtl. die günstigere Übersetzung) können in einer partnerschaftlichen Patienten-Therapeuten-Beziehung mit Wiederentdeckung eigener Stärken und aktiver Teilnahme an langdauernden Programmen, die körperliche, psychische und soziale Folgen bzw. Risikofaktoren für eine Chronifizierung beinhalten, durchaus positiv beeinflusst werden. Husebo vermeidet jedoch durch sehr persönliche Berichte über wenig spektakuläre, ja auch traurige Entwicklungen den Eindruck der Lösungsmöglichkeit in jeder Situation, die sonst Patientenratgebern häufig eigen ist. Und das ist für mich die Stärke des ganzen Buches: hier schreibt jemand, der die Praxis, gerade auch die mühevollen, jeden Tag erlebt, der um die Wichtigkeit der Ermutigung und Information für die Patienten ebenso weiss, wie um das Scheitern aller noch so integrativen Behandlungspläne, wo einzig die Freude über ganz kleine Verbesserungen Resignation und auch Wut verhindert.

Wenn schon Kritik dann vielleicht dort, wo die Erklärung der Physiologie des Schmerzes stattfindet. Hier wäre aus meiner Sicht die klarere Unterscheidung von bisher bekannten Regulationsmechanismen beim akuten und langdauerndem Schmerz schon zu einem früheren Zeitpunkt hilfreich. So liesse sich auch für die Patienten leichter erkennen, dass beim langdauernden Schmerz eine Kette von Fehlregulationen unter Einschluss des emotionalen und affektiven Systems dazu beiträgt, dass das gesamte Schmerzleiden auch subjektiv solch ein *Circulus vitiosus*, und mit Einzelmassnahmen wie einer Schmerztablette so schlecht beeinflussbar ist. Therapeutisch liesse sich dann leichter die Notwendigkeit eines «multimodalen» Therapiekon-

zeptes über längere Zeit begründen: um kontinuierlich diese Fehlregulationen mit zunehmend «normalen» Reizen wie normaler Bewegung, Wiederherstellung des Selbstbildes und «normaler» sozialer Aktivität umzutrainieren.

Dass das «Psychische» automatisch am Schmerzgeschehen beteiligt ist, dass Schmerz auf Röntgenbildern nicht zu sehen ist, und dass Vorerfahrung mit Schmerz in der früheren Lebensgeschichte ebenfalls einer der «Regulatoren» im Schmerzsystem ist, kann vielleicht noch deutlicher hervorgehoben werden, und zur «Entschuldung» der Betroffenen beitragen. Die ja so oft hören müssen – auch zwischen den Zeilen – dass da wohl etwas «Psychisches», also Selbstverschuldetes dabei ist...

So bleibt nur noch die dann berechtigte Frage der Leser dieses Buches, wo denn in der Schweiz solche fortschrittlichen, ermutigenden, interdisziplinären Schmerzteams zu finden sind; und dann muss man doch eher sagen: fahren Sie nach Norwegen.

* St. Eychmüller, Dr. med. Oberarzt, Palliativstation, Fachbereich Onkologie / Haematologie, Kantonsspital 9007 St. Gallen