

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

Herausgeber: Schweizerische Gesellschaft für palliative Medizin, Pflege und Begleitung

Band: 5 (2000)

Heft: 2

Artikel: Schmerzen ansprechen, fühlen, lindern : auf einer Tagesreise orientierte die SKL über die moderne Schmerztherapie

Autor: Siegenthaler, Ursula

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1091746>

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>

«Chronische Tumorschmerzen können in neun von zehn Fällen erfolgreich gelindert werden. Stark wirksame Opiode machen Schmerzpatienten nicht süchtig.» Solches Wissen zu verbreiten und Vorurteile abzubauen, war das Ziel der Tagesreise der Schweizerischen Krebsliga. Inspiriert durch die St.-Jakobs-Pilger führte der Weg vom Kloster Einsiedeln ins Triemlispital Zürich.

Ursula Siegenthaler

Schmerzen ansprechen, fühlen, lindern

Auf einer Tagesreise orientierte die SKL über die moderne Schmerztherapie

«Schmerz ist, was der Patient sagt, und existiert, wann immer er es sagt», so Margo McCaffery, Los Angeles 1997.

Schmerzen sind die häufigsten Beschwerden des Menschen. Sie schränken die Lebensqualität ein, erschweren die Behandlung der Krankheit und belasten das soziale Umfeld – trotzdem ist die Meinung weitverbreitet, dass Schmerzen ebenso zur Krankheit gehören wie das Amen in der Kirche. Glaube und Schmerzen gelten auch heute noch oft als unzertrennlich. Dieser Annahme hielt der Seelsorger Claude Fuchs des Stadtspitals Triemli bei der ersten Etappe in der Nähe des Klosters Einsiedeln entgegen: «Schmerzen sind weder eine Strafe Gottes noch ein Solidaritätsakt für den gekreuzigten Jesus.» Die Schmerzlinderung der heutigen Medizin sieht Fuchs vielmehr als Heilungsauftrag, den Jesus seinen Jüngern mit auf den Weg gegeben hat: «Geht und verkündet, das Himmelreich ist nahe. Heilt Kranke, weckt Tote auf, macht Aussätzigte rein, treibt Dämonen aus!» (Matth. 10, 7f).

In fremden Schuhen gehen

Einen Kobolt musste auch die Prinzessin auf der Erbse in Verdacht gehabt haben, als sie sich um ihren Schlaf beraubt fühlte... Wie sich Erbsen in den Schuhen – ein ständiger Druck – tatsächlich

anfühlen, durften die Teilnehmenden der Tagesreise zum Thema Schmerz selbst erfahren: wer wollte, legte rund 50 m mit Erbsen in den Schuhen von der Teufelsbrücke (Kt. SZ), bergauf zurück oder tauschte mit einem anderen Teilnehmer seine bequemen Schuhe gegen zu enge, breite, kleine, grosse aus... Übrigens, auf eine gekochte und aromatisierte Erbsensuppe wurde verzichtet...

Massage am Spitalbett

Vermeehrt finden auch neue Ansätze der Schmerzlinderung Einzug im Spitalalltag. Eine Klasse von angehenden Krankenschwestern und -pflegern der Gesundheits- und Krankenpflegeschule Luzern führte die Reiseteilnehmenden nach den erlittenen «Strapazen» am Ort der dritten Etappe in die Welt der Entspannung. Während zwei Wochen übten sich die Schülerinnen und Schüler im dritten Ausbildungsjahr in der Kunst der Massage. «Massage im Spital? Woher nimmt das Pflegepersonal die Zeit dafür?», wird sich mancher Betroffene, Angehörige oder Pflegenden gefragt haben. «Eine Massage, auch wenn sie nur fünf Minuten dauert, trägt oft spürbar zu einem besseren Wohlbefinden bei», betont der angehende Pfleger Fabian Reinmann. Einfache Atemübungen, die der Patient selbst ausführen kann, sorgen für Entspannung und weitere Schmerzlinderung.

Schmerzen werden individuell erlebt

Chronische Schmerzen beginnen meistens schleichend. Werden sie nicht behandelt, können weitere Schmerzen an anderen Körperstellen auftreten, weil der Körper, durch so genannte Schonhaltung oft Linderung sucht und sich dadurch verkrampft. Das Schmerzempfinden ist individuell. Angehende Krankenschwestern des vierten Ausbildungsjahres und Praxislehrerinnen des Kantonsspitals Luzern zeigten mittels Schmerzprotokoll der Schweizerischen Krebsliga auf, wie die Schmerzen des Patienten im Spital erfasst werden. Wichtiges Instrument dabei ist, das Dolometer: Auf einer Skala von 0 bis 10 werden die Schmerzen eingestuft. In Worten ausgedrückt reicht die Skala von «keine Schmerzen» über «leichte», «lästige», «starke», «schlimme» bis «unerträgliche».

«Werde ich ein Junkie?»

An der Podiumsdiskussion auf der Schifffahrt von Pfäffikon nach Zürich wurde der Frage nachgegangen, warum eine optimale Schmerztherapie noch nicht in jedem Spital fest institutionalisiert sei. Fehlendes Wissen oder die Angst vor Nebenwirkungen verhindern sowohl bei Ärzten, beim Pflegepersonal wie auch bei Patienten den optimalen Einsatz von Schmerzmedikamenten. Gross ist die Angst, dass man durch die Einnahme von Opioiden zum «Junkie» wird. Die Pflegeexpertin Tonja Habersaat vom Lindenhofspital Bern weiss, woher dieses Vorurteil kommt: «Früher hatte man im Gegensatz zu heute dem Patienten Morphium gespritzt, jetzt wird es, wann immer möglich, oral eingenommen.» Der Arzt Michel Müller von Médecines sans frontières ergänzt: «Eine Studie hat kürzlich aufgezeigt, dass von 12 000 Morphiumempfänger nur zwei süchtig wurden. Und diese beiden waren bereits zuvor schon drogenabhängig.» Als positives Beispiel nennt er einen ehemaligen Patienten, der mit 4g Morphium zu Hause den Rasen mähte. Die Schwierigkeit beim Einsatz von Opioiden sei vor allem, am Anfang die richtige Dosierung zu finden. Dafür brauche der Arzt wie der Patient Zeit und Geduld.

Die letzte Etappe führte ins Triemlispital. Dieses Zürcher Stadtspital war das erste Spital, dass sich seinerzeit spontan bereit erklärt hatte, am Pilotprojekt «Gemeinsam gegen Schmerzen» der Schweizerischen Krebsliga mitzumachen und verhalf damit dem Projekt zu seiner heutigen Bedeutung.

Die Schweizerische Krebsliga SKL will in der breiten Öffentlichkeit das Wissen verankern, dass chronische Tumorschmerzen nicht einfach hingenommen werden müssen. Auf einer Tagesreise, inspiriert durch die St.-Jakobs-Pilger, machte die SKL deshalb Schmerzen auch für nicht Betroffene erlebbar; und sie orientierte über die Möglichkeiten moderner Schmerztherapie. sie

Zitate der Teilnehmenden

«Schmerz ist noch immer ein Stiefkind der Medizin», Sonja Hugentobler, Berufsschullehrerin Pflege, SRK Zürich.

«Die Schmerztherapie aus der Sicht des Patienten ist unbefriedigend. Schulung ist deshalb ein Muss: Weiterbildung für ältere Pflegende und vor allem auch für Ärzte», Gudrun Sauter, Berufsschullehrerin Bern.

«Schmerztherapie sollten angehende Ärztinnen und Ärzte bereits an der Universität lernen», Anemarie Zimmermann, Krankenschwester, Unispital Zürich.

«Wir brauchen das Dolometer und das Schmerzprotokoll täglich. Pflegende und Anästhesisten bilden zusammen ein gutes Team. Das Wissen rund um die Schmerztherapie sollte den künftigen Ärzten aber bereits an der Uni vermittelt werden, wie es für angehende Krankenschwestern an der Krankenpflegeschule längst üblich ist», Rita Moser, Krankenschwester, Kantonsspital Baden.

«Wir sind noch nicht so weit mit der Schmerztherapie. Pflegende und Ärzte haben noch zu viele Vorurteile rund um die Morphiumabgabe. Für den Herbst planen wir nun einen Vortrag zum Thema «Schmerz lass nach». Und für das Jahr 2001 ist eine Vertiefung des Themas zusammen mit dem Spital und der Spitex vorgesehen», Christa Quaderer, Krebshilfe Liechtenstein.

«Bis jetzt ging ich abgesehen von ein bisschen Kopfweh schmerzfrei durchs Leben. Deshalb mangelt es mir wohl an Verständnis und Einfühlungsvermögen für Leute, die unter Schmerzen leiden. Trotzdem, ich bewundere Berufstätige, die trotz grossen Schmerzen weiter arbeiten», Hansruedi Gosteli, Einsiedeln.

«Ich habe nach meiner Brustkrebsoperation vor neun Jahren kaum Schmerzen gehabt. Ich war so froh, dass ich keinen Lymphknotenbefall hatte. Trotzdem ist es für mich erschreckend zu hören, wie wenig verbreitet die Schmerztherapie ist», Monika Gosteli, Einsiedeln.

«Dank der Einnahme von Morphium kann ich meine Lebensqualität mehr oder weniger erhalten. Am Anfang war das Medikament schlecht eingestellt, und ich fühlte mich tatsächlich wie in Trance, doch jetzt lebe ich gut mit dem Morphium. Mehr zu schaffen macht mir eine Hormontherapie, die meine Beine anschwellen lässt: sechs Kilo Gewichtszunahme innerhalb von zwei Wochen», ein Betroffener, Prostatakrebs.