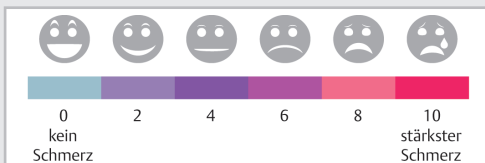




## Pflege bei akuten und chronischen Schmerzen

### 1. Schmerzen mind. 1 x pro Schicht (in Ruhe und in Bewegung) erfragen/erfassen

- Assessment zu Schmerzeinschätzung und Verlaufskontrolle:



→ Beispiel:  
Kombination  
aus VAS und  
NRS

→ Assessment: Visuelle Analogskala (VAS), Numerische Rating-Skala (NRS)

- Auf nonverbale Schmerzzeichen achten (z. B.: Stöhnen, Mimik, Unruhe, Angst, Abwehr, Schonhaltung, starkes Schwitzen) → bei Patienten, die zu Schmerzen nicht befragt werden können → Assessment: Beurteilung von Schmerzen bei Demenz (BESD)

### 2. Medikamentöse Schmerzbehandlung nach AVO umsetzen (inkl. Verlaufskontrolle):

- zur Prävention bei zu erwartenden Schmerzen, inkl. Verlaufskontrolle
- bei NRS > 3/10 in Ruhe bzw. NRS > 5/10 bei Belastung

### 3. Nichtmedikamentöse Schmerztherapie (s. u.) anbieten und Wirkung überprüfen

### 4. Patienten und ggf. Angehörige zu Anzeichen von Schmerzen und Möglichkeiten zu Behebung/Behandlung informieren bzw. anleiten

### 5. Schmerzmittelbedingte Nebenwirkungen

- erfassen und dokumentieren (z. B. Übelkeit, Obstipation, Bewusstseinslage)
- Prophylaxe- und/oder Behandlungsmaßnahmen durchführen (nach AVO)



Dokumentation: Schmerzeinschätzung (Schmerzskaalen), Medikation, Dosierung, Zeitpunkt, Vitalzeichenkontrolle, Ergebnisse der pflegerischen Beobachtung, Verlaufskontrolle

## Nichtmedikamentöse Schmerztherapie

Maßnahmen	Einsatz
Kälteanwendungen (Gelpacks, Wickel)	akutes Trauma, Prellung, Schwellung, entzündliche Prozesse
Wärmeanwendungen (Wickel, Auflagen, Körnerkissen)	Gelenkbeschwerden, Rücken- und Muskelschmerzen, Krämpfe, Koliken

### Aromatherapie – ätherische Öle

- schmerzhemmend: Grapefruit, Jasmin
- durchblutungsfördernd: Eukalyptus, Rosmarin, Thymian, Pfefferminze
- entzündungshemmend: Kamille, Zimt, Thymian, Eukalyptus, Rosmarin
- angstlösend und beruhigend: Lavendel, Majoran, Bergamotte, Vanille, Mandarine
- stimmungsaufhellend: Grapefruit, Rose, Zitrone

**weitere Maßnahmen:** Massage, progressive Muskelentspannung, Achtsamkeitstraining, Transkutane elektrische Nervenstimulation (TENS), Akupunktur, Ablenkung, Bewegung und Mobilisation, psychologische Hilfestellung, Musiktherapie



# Schmerzmanagement

## Stufenschema in der Schmerztherapie

Substanz	Max./Tag!	Indikation	Hinweise
<b>Nichtopioid-Analgetika (Beispiele)</b>			
Paracetamol ▷ Perfalgan®	4.000 mg	Fieber, Schmerzen	wirkt nicht entzündungshemmend! KI: Lebererkrankung
Ibuprofen ▷ Ibuhexal®	2.400 mg	akute Schmerzen, Fieber, Entzündungen	gut verträglich, NW: Verdauungsstö- rungen, Schwangere bis 28. SSW
Diclofenac ▷ Voltaren®	150 mg	Schmerzen, Entzündungen	NW: Magen-Darm-Beschwerden <i>Vorsicht:</i> allergische Reaktion nach i.m.-Injektion möglich
Metamizol ▷ Novalgine®	4.000 mg	starke Schmerzen, Koliken	langsam i.v. applizieren! KI: Schwangerschaft NW: Blutdruckabfall, Agranulozytose

## schwach wirksame Opioide (Beispiele)

→ Betäubungsmittel

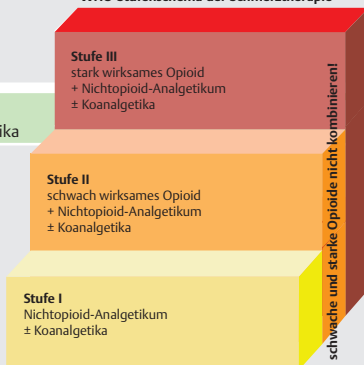
Substanz	Indikation	Hinweise
Tilidin ▷ Valoron®	nichttumorbedingte, mittelstarke bis starke Schmerzen	NW: Übelkeit, Erbrechen KI: Ileus, Schädel-Hirn-Trauma
Tramadol ▷ Tramal®	orthopädische Erkrankung, Traumata	NW: Atemdepression, Übelkeit

## stark wirksame Opioide (Beispiele)

→ Betäubungsmittel

Substanz	Allgemeine Nebenwirkungen	Allgemeine Kontraindikationen:
Morphin ▷ MST®	Atemdepression, Sedierung, Übelkeit, Erbrechen, Obstipation	Ateminsuffizienz, COPD, Asthma bronchiale, akutes Abdomen oder Ileus
Fentanyl ▷ Durogesic®	Miosis (stecknadelkopfgroße Pupillen), Sucht, Abhängigkeit und Missbrauch	
Oxycodon ▷ Oxygesic®		
Piritramid ▷ Dipidolor®		

### WHO-Stufenschema der Schmerztherapie



## Koanalgetika

= adjuvante („unterstützende“) Analgetika

- Antidepressiva beschleunigen die analgetische Wirkung
- Antikonvulsiva hemmen die Schmerzweiterleitung
- Bisphosphonate sind gut geeignet bei Knochenschmerzen
- Glukokortikoide wirken entzündungshemmend und schmerzstillend

KI = Kontraindikation | NW = Nebenwirkung