



## Therapieinhalte

- psychologische Schmerzbewältigung (Gruppen- und Einzeltherapie)
- Physiotherapie (Gruppen- und Einzeltherapie)
- Ergotherapie mit Alltagstraining und Sport-Spiel-Spaß
- ärztliche Sprechstunde (medikamentöse, nicht-medikamentöse Therapie)
- Entspannungstraining (etwa Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen)
- Nordic Walking
- Tanz- und Kunsttherapie
- Yoga

## Telefonische Sprechzeiten

Prof. Tolksdorf bietet montags von 9 bis 11 Uhr telefonische Sprechzeiten an. Beim Termin besteht die Möglichkeit, Fragen rund um die Behandlung zu stellen und den Chefarzt kennenzulernen. Termine können online vereinbart werden. Den Link finden Sie auf unserer Homepage oder Sie folgen diesem QR-Code.



## Helios Klinik Bad Gandersheim

Schmerzklinik

Chefarzt: Prof. Dr. Werner Tolksdorf

Albert-Rohloff-Str. 2

37581 Bad Gandersheim

Tel (05382) 702-12 00

Fax (05382) 702-11 90

werner.tolksdorf@helios-gesundheit.de

www.helios-gesundheit.de/badgandersheim

### IMPRESSUM

Verleger: Helios Klinik Bad Gandersheim

Albert-Rohloff-Str. 2, 37581 Bad Gandersheim

Druck: www.typtime.de, 31139 Hildesheim

Patienteninformation

## Chronische Schmerzen aufhalten

Helios Klinik Bad Gandersheim



## Jenseits der Schmerzgrenze

Jeder Mensch erlebt ihn immer wieder: Schmerz. Doch viele Menschen müssen ihn jeden Tag, Stunde um Stunde erleiden. Sie quält ein permanenter Dauerschmerz, der ihr Leben negativ verändert. Die Lebensqualität und Arbeitsfähigkeit nehmen immer weiter ab; die Erledigung alltäglicher Tätigkeiten fällt zusehends schwer.

Wer betroffen ist, sucht nach Hilfe. Doch allzu oft ist die Linderung der Symptome nur kurzfristig oder die Therapie bringt nicht die gewünschten Erfolge.

Das Behandlungsprogramm der multimodalen Schmerztherapie ist neuartig und basiert auf der Zusammenarbeit und individuellen Abstimmung aller relevanten Fächer und Disziplinen, sowie auf Kombination unterschiedlicher Therapieansätze. Sie ist für viele chronische Schmerzzustände die einzige gesicherte wirksame Behandlungsmethode.

All Ihre Fragen beantworten wir gerne in einem Beratungsgespräch.

**Ihr Team der interdisziplinären Schmerzlinik**

## Therapiekonzept

Das interdisziplinäre Behandlungsteam besteht aus speziell ausgebildeten Fachärzten, Psychologen, Pflegepersonal (Pain Nurse), Physiotherapeuten und Ko-Therapeuten.

Eine multimodale Schmerztherapie ist bei Patienten mit folgenden Problembereichen angezeigt:

- chronische Schmerzerkrankung
- mangelnder Erfolg ambulanter, schmerztherapeutischer Maßnahmen
- manifeste oder drohende Beeinträchtigung der Lebensqualität und/oder der Arbeitsfähigkeit
- psychische und soziale Beeinträchtigung
- gravierende psychische Begleiterkrankungen
- gravierende somatische Begleiterkrankungen
- Medikamentenmissbrauch und -abhängigkeit

## Therapieziele

- weniger Schmerzen
- lernen, besser mit bleibenden Schmerzen zu leben
- mehr Beweglichkeit und Kondition
- mehr Motivation zur eigenen Aktivität und zur Fortführung erlernter Techniken
- Risikoverhalten verringern (etwa Schonhaltung)
- die Arbeitsfähigkeit wiederherstellen
- mehr Lebensqualität und Lebensfreude im Alltag

## Therapieablauf

Vorstationäres Beratungsgespräch (eintägiges Assessment), mitzubringen sind:

- Einweisungsschein
- alle vorliegenden Befunde und Entlassungsbriefe
- Medikamentenplan
- ausgefüllter Schmerzfragebogen (wird nach Terminvergabe zugeschickt)

Es findet an diesem Tag eine Voruntersuchung durch Arzt, Psychotherapeut, Physiotherapeut und Pflegepersonal (Pain Nurse) statt. Dieses Team klärt, ob der Patient für eine stationäre Therapie geeignet ist.

## Stationäre Schmerztherapie

Die stationäre Schmerztherapie dauert elf Tage in einer Gruppe von maximal acht Patienten. Die Unterbringung erfolgt in einem Zwei-Bett-Zimmer. Jeder chronische Schmerzpatient erhält einen individuell erstellten Therapieplan.

