

Dr.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ SABINE WÖGER, MSc MSc MSc MED
Gesundheitswissenschaft –Tiefenpsychologie –Psychotherapie
Adresse: Pfalzgasse 2, 4055 Pucking
E-Mail: sabine.woeger@gmail.com
Mobil: 0699/81297144



Der `Totale Schmerz` schwerkranker Menschen

*„Einsamkeit steigert die Qual des Sterbens um ein Vielfaches.
Nur zu oft hängt unsere Kultur einen Vorhang des Schweigens und der Isolation über den Sterbenden“
(Yalom, 2008, S. 119).*

Was bedeutet „total pain“ und wer prägte diesen Begriff?

Schmerzen schwer erkrankter und/oder alter Menschen haben bei weitem nicht nur körperliche Ursachen, weshalb der alleinige Fokus auf eine medikamentöse Behandlung den umfassenden Bedürfnissen dieser Menschen nicht gerecht werden würde. Cicely Saunders, 1918 bis 2005, war eine englische Krankenschwester, Sozialarbeiterin und Ärztin. Sie gilt als die Begründerin der modernen Hospizbewegung und prägte Ende der 60-er Jahre den Begriff „totaler Schmerz“, womit sie die Komplexität des Schmerzerlebens darlegte. Sie beschrieb, dass ein Schmerz körperliche, seelische, soziale und spirituelle Anteile hat.

Wird Schmerzerleichterung intendiert, sind ein ganzheitliches Verständnis und ein mehrdimensionaler Behandlungspfad zu diesem komplexen Phänomen voraussetzend. Ungewissheit und Angst lösen seelische Schmerzen aus. Einsamkeit bedingt den sozialen Schmerz. Eine nicht gesühnte Schuld kann bei einem Glauben an einen strengen und strafenden Gott spirituelle Schmerzen auslösen, ebenso die Ungewissheit über das Weiterexistieren der Seele nach dem Ableben. Das totale Schmerzerleben entsteht durch das Zusammenwirken all dieser Komponenten. Die physisch bedingte Unfähigkeit, sich verständlich auszudrücken, kann psychische Schmerzen, beispielsweise Angst und Unruhe, auslösen und auch verstärken. Die Person kann in einem Teufelskreis zwischen Angst und Schmerz gefangen sein. Angst vor einem Schmerz wirkt auf einen körperlichen Schmerz verstärkend, zudem entfaltet sich die Angst vor der Angst, auch als „Erwartungsangst“ bezeichnet. Dieser Kreislauf könnte sich ins Unerträgliche steigern. In weiterer Folge senkt sich die Schmerztoleranz und der Körperschmerz nimmt an Intensität zu.

Wie wird ein totaler Schmerz behandelt?

Eine Symptomlinderung in mehrdimensionaler Hinsicht erweist sich in der Behandlung des totalen Schmerzes als unverzichtbare Voraussetzung, ebenso die Wahrnehmung und Definition von Grenzen.

Durch die Entwicklung der Palliativ- und Hospizversorgung vollzog sich ein enormer Paradigmenwechsel in der Gesellschaft, wonach helfende Berufe im Kontext von Palliative Care es mittlerweile als eine selbstverständliche Kernaufgabe verstehen, belastende Symptome von schwerkranken und sterbenden Menschen zu lindern. Die Behandlung eines totalen Schmerzes erfordert neben der unverzichtbaren fachlichen Kompetenz auch ein hohes Ausmaß an Empathie. Cicely Saunders wies darauf hin, dass letztlich nur die Leidenden selbst Auskunft darüber geben können, ob, wo, wie und wie stark sie einen Schmerz empfinden.

Quelle

Yalom, I. D. (2008). *In die Sonne schauen. Wie man die Angst vor dem Tod überwindet*. München: btb.