



Die wichtigsten Fakten zu Schmerzen bei Parkinson

- Die Intensität von Schmerzen lässt sich nicht objektiv messen. Schmerz ist immer das, was ein Patient oder eine Patientin als solchen empfindet.
- Akuter Schmerz ist ein Warnsignal unseres Körpers und weist uns auf Gefahren durch eine Verletzung oder eine Krankheit hin.
- Von chronischen Schmerzen spricht man, wenn sie über eine Dauer von mehr als drei Monaten andauern.
- Chronische Schmerzen bei Parkinson gehören zu den nicht-motorischen Symptomen und sind häufig: Bis zu 80 Prozent der betroffenen Personen leiden darunter.
- Schmerzen bei Parkinson werden häufig nicht richtig eingeschätzt, weil sich Fachleute auf motorische Symptome konzentrieren oder weil betroffene Menschen ihre Schmerzen in der Sprechstunde nicht thematisieren.
- Viele Schmerzen stehen im Zusammenhang mit der Parkinsonerkrankung, gewisse Schmerzen treten auch unabhängig davon auf. Dies zuverlässig unterscheiden zu können, ist die Voraussetzung für eine wirksame Behandlung.
- Es werden drei Arten von Parkinsonschmerzen unterschieden: Schmerzen durch Schädigung oder Entzündung von Gewebe, Nervenschmerzen durch Schädigung von Nervenfasern sowie diffuse Schmerzempfindungen, die eine andere Ursache haben.
- Schmerzen, die durch Parkinson bedingt sind, haben ihre Ursache häufig in einer ungenügenden oder unregelmässigen dopaminergen Stimulation. In diesem Fall kann die Erhöhung der Levodopa-Dosis Linderung bringen.
- Gegen Schmerzen haben sich auch intensives Dauertraining, Entspannungstechniken wie Yoga, Massagen und Akupunktur sowie die Tiefe Hirnstimulation als wirksam erwiesen.

Tipps für den Arztbesuch

So machen Sie das Beste aus Ihrem Arztbesuch.

Wer sich gut auf den Termin mit der Ärztin oder dem Neurologen vorbereitet, erleichtert den Fachleuten, Schmerzen bei Parkinson zuverlässig erkennen können. Hier die wichtigsten Tipps:

- Für die Vorbereitung auf den Arztbesuch ist es hilfreich, wenn Sie festhalten, wann Schmerzen auftauchen, was sie auslöst, wie sie sich anfühlen und was sie lindert.
- Mit dem Befindlichkeitsspiegel* von Parkinson Schweiz können Sie Ihre nicht-motorischen Symptome festhalten; zu Schmerzen gibt es einen eigenen Abschnitt.
- Das Parkinson-Tagebuch* hilft Ihnen, Ihre Medikamenteneinnahme und motorischen Symptome festzuhalten.
- Wenn Sie Schmerzen haben, teilen Sie dies Ihrem Arzt oder Ihrer Neurologin immer mit.
- Vermuten Sie einen Zusammenhang zwischen Ihren Schmerzen und Ihrer Parkinsonerkrankung, informieren Sie Ihre behandelnde Fachperson.
- Wenn Sie Schmerzen haben, die sich trotz regelmässiger Einnahme eines Schmerzmittels nicht bessern, konsultieren Sie Ihren Neurologen. Dies gilt auch, wenn bisher schmerzfreie Symptome (zum Beispiel Dyskinesien) plötzlich Schmerzen verursachen.
- Modifizieren Sie auch bei Schmerzen niemals eigenmächtig Ihre Parkinsonmedikation. Besprechen Sie Probleme immer zuerst mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Neurologen.

* Kostenloser Download unter parkinson.ch/downloads

Schmerzen genau beschreiben

Diese Fragen helfen Ihnen, auftretende Schmerzen möglichst genau zu beschreiben:

- In welchem Körperteil tritt der Schmerz auf?
- Wie stark ist der Schmerz?
- Wie fühlt sich der Schmerz an? Zum Beispiel krampfartig, brennend oder dumpf?
- Ist der Schmerz klar lokalisierbar oder strahlt er aus?
- Ist der Schmerz dauerhaft da oder nur zu gewissen Tageszeiten?
- Falls der Schmerz nicht dauerhaft ist, zu welchen Tages- respektive Uhrzeiten tritt er auf?
- Gibt es einen Zusammenhang mit den Parkinsonmedikamenten? Tritt der Schmerz dann auf, wenn die Wirkung der Parkinsonmedikamente nachlässt?
- Bessert sich der Schmerz durch Dopamingabe?
- Wie lange hält der Schmerz in der Regel an?
- Gibt es eventuell einen eindeutigen Auslöser für den Schmerz?
- Gibt es etwas, was den Schmerz zu lindern vermag?