



Fibromyalgie und myofasziale Schmerzsyndrome –

ein ganzheitliches und wirksames Konzept



MediClin Kraichgau-Klinik

Bad Rappenau

Fachklinik für onkologische Rehabilitation

**Fachklinik für chronische Schmerz-
erkrankungen**

Prävention | Akut | Reha | Pflege

MediClin – Ein Unternehmen der Asklepios Gruppe

Kontroversen und Sackgassen:

Viele Patienten haben aufgrund ihrer Schmerzen schon eine ganze Menge von Fachärzten konsultiert und Diagnosemethoden sowie Therapieversuche bis hin zu operativen Eingriffen über sich ergehen lassen, und das ohne nachhaltigen Effekt. Typisch für myofasziale Schmerzerkrankungen ist, dass weder eindeutige Veränderungen im Röntgenbild oder Computertomogramm noch Entzündungszeichen im Blut nachzuweisen sind. Die Schmerzerkrankung ist weder degenerativ-orthopädisch noch entzündlich-rheumatisch bedingt. Dies hat dazu geführt, dass die Fachgruppen der Orthopäden wie auch der Rheumatologen diesem Krankheitsbild mit gewissen Vorbehalten begegnen.

Fibromyalgie und verwandte Schmerzerkrankungen sind oft mit Depressionen, Schlafstörungen, Erschöpfung und Ängsten verknüpft. Deshalb wird manchmal die Meinung geäußert, es handle sich um rein psychogene Erkrankungen. Die Patienten selbst machen aber die Erfahrung, dass eine rein psychiatrische oder psychosomatische Behandlung wenig hilfreich ist.

Die Kontroversen verschiedener medizinischer Denkrichtungen und immer wiederkehrende Diskussionen über Charakter und Ursache der Fibromyalgie führen zu erheblicher Verunsicherung von Patienten. Die typische „Irrfahrt“ von Facharzt zu Facharzt zermürbt, wenn sie ergebnislos bleibt. Es haben sich deshalb Selbsthilfegruppen gebildet, die versuchen, Hilfestellung zu geben.

Aus unserer Erfahrung heraus wird Betroffenen am ehesten ein Konzept gerecht, das wir das **bio-psycho-soziale Konzept der Schmerztherapie** nennen. Damit füllen wir die berüchtigte „schmerz-therapeutische Lücke“ aus, die Betroffene oft so hilflos macht.

Unser schmerztherapeutisches Konzept:

Ganzheitlich!

Körper, Seele und soziales Umfeld werden in die gemeinsame Strategie einbezogen.

Die MediClin Kraichgau-Klinik verfügt über eine eigene Abteilung für Fibromyalgie / Schmerztherapie / Rheumatologie.

Individuelle Fallanalyse nach dem bio-psycho-sozialen Konzept:

Wir gehen davon aus, dass chronische Schmerzerkrankungen durch mehrere Risikofaktoren bedingt sind, das heißt, wir suchen keine Einzelursachen, sondern analysieren jeden Einzelfall nach folgendem Schema:

■ **Körperliche Ebene:**

Risikofaktoren sind Fehlhaltungen, muskuläre Dysbalancen, Wirbel- und Gelenkblockierungen, Überbeweglichkeit (Hypermobilitätssyndrom), hormonelle Störungen (Schilddrüse, Geschlechtshormone, Wachstumshormone) oder auch Infektionen (Borrelien, Viren).

■ **Psychische Ebene:**

Dauerstress, Burn-out, Depressionen, Ängste, Traumatisierungen und Persönlichkeitskonflikte können eine mitauslösende Rolle spielen – sie stellen jedoch nie die alleinige Ursache dar!

■ **Soziale Ebene:**

Berufsstress, Überforderungen und Fehlbelastungen im Beruf (PC-Arbeit!), Beziehungskonflikte, familiärer Stress (Pflege Angehöriger, Scheidung, Problemkinder) und ähnliche Belastungen aus dem Lebensumfeld sind weitere Risikofaktoren für eine myofasziale Schmerzerkrankung.



Therapie der Fibromyalgie: Maßgeschneidert, multimodal, langfristig angelegt

Wir haben ein Spezialprogramm für Fibromyalgie-Betroffene, in dem wir bewährte Methoden aus der Bewegungstherapie, der physikalischen Therapie, Entspannungs- und Schmerzbewältigungstraining sowie Funktionstraining kombinieren. Kunstgerechte medikamentöse Therapie unter Einbezug naturheilkundlicher und homöopathischer Mittel ist ein weiterer Schwerpunkt. Dazu kommt eine individuelle Methodenauswahl je nach Fallanalyse.

Teamorientierung: Fachleute arbeiten zusammen

Unser Schmerz-Team besteht aus erfahrenen Fachkräften:

Ärzte, Psychologen, Physiotherapeuten und Krankengymnasten, Masseur, algesiologische Fachassistenz, Ergotherapeuten, Pain-Nurse und Ernährungsberater arbeiten Hand in Hand im abgestimmten Konzept.



Sozialmedizinische Kompetenz:

Berufliche Stressoren können Auslöser von Schmerzerkrankungen sein. Umgekehrt führen chronische Schmerzen häufig zu reduzierter Leistungsfähigkeit und Arbeitsunfähigkeit.

Hier greift ein Repertoire an flankierenden sozialmedizinischen Maßnahmen, z.B. stufenweise Wiedereingliederung bei Arbeitsunfähigkeit, Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben, Eingliederungshilfen bei Arbeitslosigkeit und reduzierter Leistungsfähigkeit, Abklärung sozialrechtlicher Ansprüche wie Schwerbehinderung oder Rente.

Nachhaltiges Langzeitkonzept:

Unser Ziel ist es, Schmerzpatienten zu befähigen, so mit ihrer Schmerzerkrankung umzugehen, dass sie ihr nicht mehr machtlos ausgeliefert sind. Sie lernen bei uns, die typischen Symptomkonstellationen aktiv anzugehen. Eine stationäre Rehabilitation in unserem Hause dauert in der Regel drei bis vier Wochen. In dieser Zeit können zwar nicht alle Probleme gelöst und alle Schmerzen beseitigt werden – doch der Schutzraum und das Therapieangebot der Klinik sind eine optimale Voraussetzung, um eine nachhaltige Trendwende zu neuer Lebensqualität zu schaffen.

Ziel ist es, eine Therapiestrategie zu finden, die weit über den stationären Aufenthalt hinaus wirkt – dies gelingt in den meisten Fällen!

Fibromyalgie und myofasziale Schmerzsyndrome

Die MediClin Kraichgau-Klinik in Bad Rappenau beschäftigt sich seit 1987 schwerpunktmäßig mit der Betreuung von Patientinnen und Patienten mit Fibromyalgie und chronischen Schmerzerkrankungen wie Spannungskopfschmerzen, chronische Rückenschmerzen und chronische Nackenschmerzen.

Diesen Krankheitsbildern ist gemeinsam, dass der Schmerz von irritierten Muskelregionen ausgeht.

Der Begriff „Fibromyalgie“ wurde in den 80er Jahren geprägt. Das Vollbild dieser Krankheit ist gekennzeichnet durch Schmerzen in der Muskulatur, der Gelenke und der Wirbelsäule, begleitet von erheblichen Schlafstörungen und Erschöpfungserscheinungen. Dazu kommen oft weitere vegetative Symptome wie Reizblase, Herzrasen, Reizdarm, Schwindel, Ohrgeräusche und viele mehr.

Die Definition des Krankheitsbildes „Fibromyalgie“ hat sich im Lauf der Jahre etwas gewandelt. Basis ist jedoch nach wie vor der Ganzkörperschmerz der Muskulatur. Eine wichtige Rolle in der Diagnostik spielen die sog. „Tenderpoints“ (schmerzhafte Druckpunkte) an der Muskulatur und die vegetativen Begleitstörungen wie Erschöpfung, Schlafstörungen, Verdauungsstörungen, Reizblase u. Ä. Inzwischen ist bekannt, dass circa 40% aller Schmerzerkrankungen am Bewegungsapparat myofaszialer Natur sind. Früher sprach man in diesem Zusammenhang vom „Weichteilrheumatismus“. Diese Art von Schmerzen sind in der medizinischen Denksystematik noch immer umstritten.

Der Weg zu uns:

■ **Reha-Verfahren über die Deutsche Rentenversicherung:**

Ein Reha-Antrag kann bei gefährdeter beruflicher Leistungsfähigkeit gestellt werden.

Ansprechpartner ist die Deutsche Rentenversicherung Bund oder ein Regionalträger.

■ **Bitte beachten:**

Das Wunsch- und Wahlrecht nach §9 SGB IX besagt, dass eine Wunschklinik angegeben werden kann. Der Kostenträger ist verpflichtet, diesen Wunsch zu berücksichtigen, sofern die betreffende Klinik geeignet ist.

■ **Krankenkassen:**

Sie sind Kostenträger, wenn die Rentenversicherung nicht zuständig ist (z.B. bei Rentnern).

■ **Privat-Versicherte:**

Eine Kostenzusage vor Antritt der stationären Behandlung ist sinnvoll.

■ **Selbstzahlerprogramme:**

Falls kein Kostenträger zu finden ist, kann man auch auf eigene Kosten zu einem fairen Preis spezifische Therapieprogramme buchen (Informationen können angefordert werden).

www.kraichgau-klinik.de

MediClin Kraichgau-Klinik

Fritz-Hagner-Promenade 15

74906 Bad Rappenau

Telefon 0 72 64/8 02-0

Telefax 0 72 64/8 02-115

info.kraichgau-klinik@mediclin.de

**Sollten Sie noch Fragen haben,
rufen Sie uns bitte an!**

Chefarzt Dr. med. Peter Trunzer

steht für medizinische Fragen gerne zur Verfügung.

Telefon 0 72 64/8 02-122

*Durchatmen –
Aufbauen – Leben*