

SÜDWESTRUNDFUNK
SWR2 Wissen - Manuskriptdienst

Schmerzen sind Kopfsache

Autor: Christian Beneker
Redaktion: Detlef Clas
Regie: Petra Meunier-Götz
Sendung: Montag, 6. April 2009, 8.30 Uhr, SWR 2

Bitte beachten Sie:

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

Mitschnitte auf CD von allen Sendungen der Redaktion SWR2 Wissen/Aula (Montag bis Sonntag 8.30 bis 9.00 Uhr) sind beim SWR Mitschnittdienst in Baden-Baden für 12,50 € erhältlich.

Bestellmöglichkeiten: 07221/929-6030

Entdecken Sie den SWR2 RadioClub!

Lernen Sie das Radioprogramm SWR2 und den SWR2 RadioClub näher kennen! Fordern Sie unverbindlich und kostenlos das aktuelle SWR2-Programmheft und das Magazin des SWR2 RadioClubs an.

SWR2 RadioClub-Mitglieder profitieren u.a. von deutlichen Rabatten bei zahlreichen Kulturpartnern und allen SWR2-Veranstaltungen sowie beim Kauf von Musik- und Wort-CDs. Selbstverständlich erhalten Sie auch umfassende Programm- und Hintergrundinformationen zu SWR2. Per E-Mail:

radioclub@swr2.de; per Telefon:

01803/929222 (9 c/Minute); per Post: SWR2 RadioClub, 76522 Baden-Baden (Stichwort: Gratisvorstellung) oder über das Internet: www.swr2.de/radioclub.

SWR 2 Wissen können Sie ab sofort auch als Live-Stream hören im SWR 2 Webradio unter www.swr2.de

Besetzung:
Sprecher
Sprecherin 1
Sprecherin 2

Atmo 1: J. S. Bach MT Passion

„O Schmerz, wie zittert das gequälte Herz! Wie fährt es hin, so bleich sein Angesicht!
Was ist die Ursach´ aller solcher Qualen?“

Ausblenden

Sprecher:

Schmerzen sind Kopfsache – eine Sendung von Christian Beneker

Musik wieder einblenden

Cut 1: Hannes

Meine Diagnose ist ´ne Armplexus-Lähmung mit Wurzelausriss
(...). „Wurzelausriss heißt, dass die Wurzeln C4 bis C8 an der
Wirbelsäule inklusiv Wurzel rausgerissen sind.“

Sprecherin:

Hannes Hutwagner. Er ist Anfang 50. Hinter dem Haus am Hang, in dem seine Frau
und er mit zwei Töchtern leben, zieht sich ein Waldstück hinauf. Vom Wohnzimmer aus
blickt man auf verputzte Häuser mit roten Dächern. Eine Idylle. Hannes Hutwagner sitzt
am Küchentisch. Es gibt Rotwein.

Cut 2: Hannes

„Mein Unfall war 1989. Es war früh morgens auf meinem Weg in die Firma in meine
Schreinerei. Ich war sehr in Eile Druck, Stress und bin dann in dieser Verfassung
Motorrad gefahren. Es war nasse Fahrbahn und in der ersten großen Kurve bin ich
dann weggerutscht mit sehr hoher Geschwindigkeit – für mich nicht nachvollziehbar
(...) Ich rutschte genau frontal auf ein Verkehrsschild und blieb mit meinem linken Arm
in diesem Schild hängen und habe es mit meinem linken Arm umklammert und auch
mit rausgerissen. (...) Und meine Hand ging erst auf, als ich von dem Notarzt eine
Spritze bekommen habe. Erst dann konnte ich von diesem Schild befreit werden. Ich
weiß nicht mehr viel, nur noch, dass ich sofort bewusstlos wurde und dann mit
irrsinnigen Schmerzen auf dem Acker lag und dann auch sofort wieder Spritzen
bekam. (...) Und dann ist meine erste Erinnerung in diesem Aufwachraum eben nach
der OP.“

Sprecherin:

Mit der kräftigen rechten Hand hebt Hannes Hutwagner den schmal gewordenen,
gelähmten linken Arm, der sonst kraftlos herabhängen würde, auf die Tischplatte. Ab
und zu massiert er seine Hand. Den Arm wärmt er trotz der Lähmung mit einer
gestrickten Manschette.

Cut 3: Hannes

Die Brüche wurden versorgt. Das sind zwei Trümmerbrüche gewesen. Die wurden
geplattet und geschraubt und der Arm komplett in ein Gipsbett gelagert und so eben in
dieser Position bin ich dann in diesem Ruheraum aufgewacht und das war für mich der
absolute Alptraum in diesem Ruheraum. Ich hatte das Gefühl ich bin komplett in einer
Schmerzhölle. (...) Ich hatte unglaublich Schmerzen, dass ich dachte, ich überleb´ das
nicht. Und bin dann wohl immer wieder in Ohnmacht gefallen. Ohnmacht gefallen,
aufgewacht und dann wieder in Ohnmacht gefallen. Und so hab´ ich die ganze Nacht
gebrüllt, und was dann eben noch stattgefunden hat, dass ich in eine gesondertes, noch

gesonderteres Zimmer kam, damit ich mit meinem Schreien nicht die ganze Station nicht eben in Unruhe versetze. Und die ganze Station hat sich beschwert über mein Geschrei. Und ich weiß, dass dieses Verletztenbild ungefähr für den Körper so war, als wenn bei lebendem, als wenn bei lebendem Leib mir der Arm rausgerissen wird. Und das war der Schmerz, den ich empfand.

Atmo 2: Glasharfe

Sprecherin:

Hannes Hutwagner leidet an Phantomschmerzen, einer besonderen Art von chronischen Schmerzen. Sein Arm schmerzt, obwohl die Nerven ausgerissen sind. Chronische Schmerzen seit fast 20 Jahren. Phantomschmerzen.

Cut 4: Hannes

Ich konnte ihn lang nicht beschreiben und ich wurde auch lang aggressiv wenn mich jemand über meinen Schmerz ansprach, oder, auch auf die direkte Frage ihn zu beschreiben die treffendste Bezeichnung ja, sie klingt sehr brutal, sie ist als wenn mir jemand über die Hand drüber fährt und sie gleichzeitig verbrennt. Ein quetschender und brennender Schmerz. Das ist für mich die treffendste Beschreibung. (...) Diese Erinnerung, reell, ich haben ja keine Schmerzen im Moment. Reell. Das ist ja einfach nur diese Erinnerung in dieser Aufwachnacht, wo eben reell einmal dieser Schmerz erfahren wurde, so als wenn mir der Arm bei lebendem Bewusstsein ausgerissen werden würde und dieser Erinnerung hat ja mein Gehirn jetzt in diesem Phantomschmerz integriert ... Phantomschmerz ist immer an der gleichen Stelle. ...

Sprecherin:

Die Antike hielt den Schmerz für den „bellenden Wachhund der Gesundheit“. Sein Kläffen macht den Menschen aufmerksam auf eine Verletzung oder eine innere Krankheit. Bei Menschen mit chronischen Schmerzen zeigt aber der Körper keine Wunden mehr. Auch Hannes Hutwagners Wunden sind verheilt.

Cut 5: Hannes

Ich habe hier keine sensible Wahrnehmung und spür aber trotzdem in der Tiefe diesen Schmerz. Das ist paradox, aber es ist so. Du könntest mir hier jetzt einen Nagel durchklopfen und ich würde ihn nicht spüren aber ich spüre diesen Schmerz, der aber reell nicht da ist. Das ist ´n Witz!

Sprecherin:

In regelmäßigen Abständen wird der Schmerz so übermächtig, dass die Familie den Notarzt alarmiert.

Cut 6: Hannes

Und es war bis jetzt so, dass des Öfteren der Notarzt kam und mit vor Ort direkt ohne mich zu kennen – er hat mich gesehen und sofort Morphium spritzte.

Sprecherin:

Dabei wären Hannes Hutwagners Schmerzen vielleicht zu verhindern gewesen. Manfred Meyer, Schmerzmediziner am Klinikum Bremen Mitte berichtet:

Cut 7: Meyer

... Man geht heute davon aus, dass bei vielen Operationen wirklich das Problem dadurch entsteht, dass Schmerzen nach der OP nicht ausreichend behandelt werden und dass sich dann eine Veränderung dahingehend ergibt, dass nicht wirklich auch die Struktur der Schmerzleitung verändert und dass dadurch ein chronisches Schmerzsyndrom entsteht. Also dass sich das Symptom Schmerz so verändert, dass es zu einer eigenständigen Krankheit wird.

Atmo 3: Geräuschkulisse OP (Archiv) unterlegen. Dann drüber ...

Sprecherin:

Diabetes, Multiple Sklerose, Krebs, Migräne, Bandscheibenvorfälle, Sportverletzungen – nicht nur Amputationen oder Unfälle, sondern viele andere Krankheiten, manchmal sogar nur harmlose Operationen, können chronische Schmerzen nach sich ziehen. Experten schätzen die Zahl der Schmerzpatienten in Deutschland, deren Pein medizinisch nicht ausreichend behandelt werden kann, auf 600.000 bis 800.000 Menschen.

Cut 8: Meyer

Also es ist so, dass bei vielen häufigen Operationen, zum Beispiel bei Leisten-Operationen, die ja doch in großem Umfang durchgeführt werden, auch an allen Kliniken durchgeführt werden, dass hier eben ein bestimmter Prozentsatz – und man geht heute davon aus, dass es bis zu 10 bis zu 15 Prozent der Patienten sind – die anschließend dauerhaft Schmerzen nach solchen Operationen haben. (...)

Sprecherin:

Alle Schmerzen sind Kopfsache. Ein verstauchter Fuß, der Stich einer Wespe oder ein kleiner Schnitt in der Haut – die elektrischen Signale dieser Ereignisse fließen über eine Umschaltstation im Rückenmark ins Gehirn. Je länger die Reize fließen, umso mehr haben die Nervenzellen die fatale Neigung, die Reize von sich aus zu verstärken. Je länger ein Wundschmerz nicht gestillt wird, umso energischer funken die Nervenzellen ihre Signale ans Hirn, umso mehr Nervenzellen sind daran beteiligt. Im Gehirn sind es zehn oder mehr Regionen, die aus den immer wiederkehrenden elektrischen Reizen des Körpers eine komplexe Erfahrung machen: den Schmerz. Der Schmerz entsteht im Gehirn. So wie es durch ständige Wiederholung Gedichte, Vokabeln oder das Einmaleins lernt – so erlernt das Hirn auch den Schmerz, wenn die ständig wiederkehrenden Reize nicht behandelt werden.

Cut 9: Meyer, 45

(Aber) es gibt ganz viele Patienten, die auch wenn diese Ursachen alle ausgeschlossen sind, weiterhin auch diese Schmerzen haben, die man weiter nicht erklären kann, eben unabhängig davon, von der chirurgischen Ursache dadurch, dass diese Schmerzen über einen langen Zeitraum bestanden haben, auch schon vor der OP bestanden haben, und dadurch ist die Ausbildung des Schmerzgedächtnisses entstanden.

Sprecherin:

Weil chronische Schmerzen medizinisch nicht nachweisbar sind, ist jeder Arzt auf die Schilderung der Patienten angewiesen. Statistiken sagen, dass Schmerzpatienten durchschnittlich sieben verschiedene Ärzte aufgesucht haben, bis endlich erkannt wird, dass sie an chronischen Schmerzen leiden. Bis dahin wird operiert, massiert, Diagnose um Diagnose gestellt, um den Schmerzen beizukommen. Chronische Schmerzen sperren die Patienten in eine so quälende wie stumme Erfahrung ein.

Cut 10: Hannes

Also, ich hatte lange das Gefühl, dass ich mich über diesen Schmerz isolier. (Erstens) das Nicht-kommunizieren-Können über die eigentliche Tiefe und das Ausmaß des Schmerzes. Und ich hab auch lange in extremen Schmerzen Momenten der Nähe zu meiner Partnerin, zu meiner Frau, nicht zulassen können. Hab´ mich dann eher zurück gezogen. Das passiert auch heute noch.

Sprecherin:

In ihrem Essay „Über das Kranksein“ hat die englischen Schriftstellerin Virginia Woolf das Problem treffend beschrieben. Sie schreibt:

Sprecherin:

„Das kleinste Schulmädchen, wenn es sich verliebt, hat Shakespeare oder Keats, die ihm aus der Seele sprechen; aber ein Leidender versuche, den Schmerz in seinem Kopf dem Doktor zu beschreiben, und sogleich versiegt die Sprache.“

Sprecherin:

Schmerzmediziner haben unzählige Fragebögen entwickelt, um den Patienten zu helfen, ihre Erfahrung dennoch in Worte zu fassen. Der „McGill“-Fragebogen zum Beispiel unterschied in den 80er Jahren 78 verschiedene Punkte: Ist der Schmerz ein Pochen, Brennen oder Ziehen, ein Frösteln, Zittern oder Reißen? Wird er als heftig erlebt, grauhaft, belastend oder unerträglich?

Die meisten Schmerzpatienten behelfen sich heute anders. Sie beschreiben ihre Schmerzen anhand einer Skala zwischen null und zehn. Sie benutzen die sogenannte Visuelle Analogskala. „Null“ steht für keine Schmerzen und „zehn“ steht für unerträgliche Schmerzen.

Cut 11: Hannes

... wie auch morgens. Ich hab morgens immer mehr Schmerzen. Morgens ist es für mich schlimm. Es pendelt sich über Tag dann ein. Trotz meiner Mittel bin ich morgens höher als fünf.

Atmo 4:

Musik Magma

Sprecher:

Schmerzpatienten können heute auf eine ganze Palette von Schmerzmitteln zurückgreifen. Die Menschen früherer Jahrhunderte dagegen kannten noch keine wirksamen Medikamente gegen Migräne, Gicht, Zahnschmerzen oder Gallensteine. Operationen wurden ohne Narkose durchgeführt:

Cut 12: Schnalke

Als Medizinhistoriker (müssen wir) über diese Zeit Mitte des 19. Jahrhunderts zurück und fragen: Wie haben die Menschen damals Schmerzen ausgehalten? Nicht nur gedeutet, sondern ausgehalten. Und dann kommt immer wieder die Frage – waren die damals eben nicht so wehleidig? Ich hab da meine Zweifel. Auf der anderen Seite muss man wohl auch sagen, da Schmerz so ein breites Phänomen war – Schmerz war nicht wegzuleugnen, war auch nicht wegzubekommen, das heißt man musste sich anders mit Schmerz arrangieren.

Sprecherin:

Thomas Schnalke, Direktor des Medizinhistorischen Museums in Berlin. Er führt durch sein Museum an der Charité: Vitrinen mit historischem chirurgischen Besteck, Gallensteinen, Syphilis zerfressenen Schädeln und kranken Herzen, Lebern, Därmen, die in alkoholgefüllten Gläsern schwimmen. Fröstelnd blicken die Besucher auf die Schaustücke.

Cut 13: Schnalke

Und es gibt Opiate, es gibt Alkohol, gibt Schlafschwämme ... Das heißt, wenn auch ein Arzt kommt oder ein Chirurg, damals auch noch handwerklich geschult, um eine Operation durchzuführen, dann hat es geheißen: Hier, beiß mal auf dieses Holz oder beiß mal in den Schwamm und schluck ein bisschen. Und dann gibt es noch ein Tuch über den Augen, aber das ist es dann schon.

Sprecherin:

Thomas Schnalke tritt vor eine Vitrine, in der korallenartig leuchtende Steine liegen.

Cut 14: Schnalke

Konkremente. Wir würden dazu sagen: Steine. Gallenblasensteine, Harnblasensteine, Nierensteine. Groß wie Eier. Zum Teil wunderschön wenn man sie aufschneidet. (...). Und die Menschen, die solche Steine gehabt haben, müssen schwerste, allerschwerste Schmerzen gehabt haben.

Cut 15: von Engelhardt

„So gibt es eine Erzählung über Cancer, über den Krebs, von 1830 ungefähr und da wird einer Frau eine Brust amputiert, Krebs-Brustamputation durchgeführt. Und was hat diese arme Frau gemacht?“

Sprecherin:

Dietrich von Engelhardt, Medizinhistoriker aus Lübeck ...

(weiter) Cut 15: von Engelhardt

„Sie hat in dieser schmerzlichen Situation, hat sie Liebesbriefe ihres Mannes gelesen, dem sie diesen Eingriff allerdings verschwiegen hat um ihn nicht zu belasten. ... Und sie hat es getröstet diese Briefe ihres Mannes zu lesen.“

Sprecherin:

Schmerzen: Jeder erlebt sie anders. Jeder deutet sie anders. Jeder lindert sie anders. Der kühlende Lappen auf der Stirn. Allein die Nachricht des Arztes „Es ist nichts Schlimmes“ lässt den Schmerz sofort kleiner und erträglicher werden. Mutters Hand auf dem Bauch.

Cut 16: Eine Kinderstimme singt

„Heile, heile Segen,
morgen gibt es Regen,
übermorgen gibt es Schnee,
dann tut es gar nicht mehr so weh.
Heile, heile Katzendreck,
morgen ist es alles weg.“

Cut 17: Hannes

... wenn ich einfach dann nur zulasse, von meiner Frau gehalten zu werden. Ihre Nähe spüre. Und das geht einher mit dem Gefühl, mich einfach ergeben zu können, ergeben in diesem Schmerz, nicht dagegenhalten zu müssen. (...) Dieses Aufgeben ist einfach ein wunderbares Gefühl und es ist und es wird einfach, diese Erfahrung kann ich jetzt auch immer öfter zulassen.

Cut 18: von Engelhardt

... Weil man sich im Schmerz bezogen hat auf die passio christi, auf das Leiden von Christus und man hat teilgenommen mit dem eigenen Schmerz, mit der eigenen Krankheit, mit dem eigenen Sterben an der größten Passion, die man sich vorstellen konnte und kann, und das hat auch den Schmerz gemildert. Ich möchte eben in diesen Zeiten, insbesondere im Mittelalter, also eigentlich auch bis weit in die Neuzeit hinein, von einer sogenannten „spirituellen Anästhesie“ sprechen. (...) Im Blick auf Musik hören, zum Beispiel auch Bilder betrachten. (...) Noch Phillip der Zweite wurde an einem Knieabszess operiert und sein Beichtvater hat ihm aus der Matthäus-Passion vorgelesen.

Atmo 5: J. S. Bach Matthäus-Passion

Sprecherin:

Was von Engelhardt „spirituelle Anästhesie“ nennt, ist im Laufe der Jahrhunderte verloren gegangen. Einer der Protagonisten dieses Verlustes ist der französische Philosoph des 17. Jahrhunderts, René Descartes. Für ihn sind Körper und Seele getrennte Dinge. Getrennt in „res cogitans“ das „denkende Ding“, die Seele und das „res externa“, das räumlich „ausgedehnte Ding“, der Körper. Descartes schreibt:

Sprecher:

„Und obgleich ich vielleicht (...) einen Körper habe, der sehr eng mit mir verbunden ist (...) so ist gewiss, dass ich von meinem Körper wirklich unterschieden bin und ohne ihn existieren kann.“

Sprecherin:

Der Geist ohne Körper. Der Körper als geistlose Maschine. In seinem Werk „de homine“ von 1662 vergleicht Descartes die Weiterleitung eines Schmerzreizes vom Fuß ins Gehirn mit der Funktion eines Klingelzuges. Der Körper ist nur noch mechanischer Apparat: „Unten“ wird gezogen, „oben“ erklingt die Glocke.

Cut 19: Von Engelhardt 497

Mit Descartes, der Leib und Seele getrennt hat, konnte man jetzt den Leib untersuchen, ohne immer mit Theologie und Philosophie in Konflikte zu geraten. Vorher war ja jede Beschäftigung mit dem Leib gleichzeitig eine Auseinandersetzung mit der Transzendenz, mit der Religion, mit Gott ...

Sprecherin:

Die Hoffnung, die alte Menschheitsgeißel der Schmerzen durch einen Eingriff in die Mechanik des Körpers zu lindern oder gar zu beenden, keimte vor über 160 Jahren, an einem Oktobertag 1846 im Massachusetts General Hospital im amerikanischen Boston.

Im medizinischen Vorlesungssaal der Universität operiert der Chirurg John Collins einen Patienten an einem Tumor am Hals. Der Arzt hat Gäste eingeladen um einen besonderen Effekt vorzuführen: Der Patient rührt sich während der OP nicht. Die geladenen Studenten und Professoren starren fassungslos auf die erste Anästhesie der Welt. Zuvor hatte der Zahnarzt William Morton seinen Patienten eine Flüssigkeit einatmen lassen: Äther. Den Gästen, die das Ganze für einen Taschenspielertrick halten, erklärt Morton:

Sprecher:

„Meine Herren, dies ist kein Humbug.“

Sprecherin:

Die Nachricht der ersten Anästhesie geht wie ein Lauffeuer um die Welt. Man glaubte den Schmerz besiegt zu haben. Millionen von Operationen konnten seither unter Narkose vorgenommen werden, unzählige Schmerzen gelindert werden. Genau dosierte Narkotika versetzen heute die Patienten in den Schlaf, wenn operiert werden muss. Die Reizweiterleitung im Körper kann unterbunden, die bewusste Wahrnehmung des Schmerzes kann verhindert werden. Millionen von Schmerzpatienten können auf immer neue Medikamente zurückgreifen. Und trotzdem:

Die chemische Revolution gegen die Schmerzen ist an unzähligen Patienten gescheitert.

Atmo 6: Musik: „Magma“ – jäh enden lassen

Cut 20: Hannes

... Chemische Mittel eingesetzt, Psychopharmaka, Tegretal und Aponal, unglaubliche Nebenwirkungen, mir war wochenlang übel, habe mich wochenlang übergeben, hatte ´ne Zeit, in der ich vier Wochen lang alles doppelt gesehen habe. Musste mir (...) dann ein Auge zukleben weil ich wirklich alles vor mir doppelt sah als Nebenwirkung von den Mitteln. War schlapp und zittrig. (...) Hatte die ein halbes Jahr getestet mit keinstenlei Wirkung auf den Phantomschmerz, sodass ich dann nach anderthalb Jahren diese Schmerztherapie abbrach und alternative Methoden suchte.

Sprecherin

Die Hoffnung, dass sich der menschliche Apparat ein für allemal so präparieren ließe, dass er keine Schmerzen mehr verspürt, hat sich zerschlagen. Offenbar können Geist und Körper nicht, wie Descartes meinte, getrennt werden und unabhängig voneinander existieren. Schmerzen sind eine ganzheitliche Erfahrung.

Sprecher:

„Der menschliche Körper ist das beste Bild der menschlichen Seele.“

Sprecherin:

Diesen Satz hat der Philosoph Ludwig Wittgenstein einmal gesagt. Wenn er stimmt, dann sind die Schmerzen eines Menschen auch ein Abbild seines seelischen Lebens. Die Hirnforschung unserer Zeit hat diesen Satz in Hinblick auf die Schmerzwahrnehmung verblüffend bestätigt: Die Schmerzimpulse des Körpers werden vom Gehirn auch emotional bewertet. Das limbische System, eines der Gefühlszentren im Hirn, spielt bei der Schmerzwahrnehmung eine besonders wichtige Rolle. Hier werden die Signale des Körpers bewertet – als schön, als bedrohlich, als harmlos oder als beängstigend.

Der Schmerzforscher Walter Zieglgänsberger aus München glaubt, dass ein Gehirn nicht nur ein Schmerzgedächtnis anlegt, sondern auch gleichzeitig ein entsprechendes Gefühl erlernt. Nur so lässt sich auch der kulturell unterschiedliche Umgang mit Schmerzen erklären:

Cut 21: Zieglgänsberger:

Wenn sie zum Beispiel in Skandinavien ein Krankenhaus besuchen oder nach Patienten sehen, die sind da wesentlich stoischer, ruhiger, ohne große Lautgebung lassen die einiges an sich machen, ohne dass die gleich protestieren. Was Sie in mediterraner Umgebung nicht haben. Da werden sie sehr schnell ein Gejammere hören und ganz lautstark.

Sprecherin:

Menschen unterscheiden Schmerzen auch nach ihrer Bedeutung. Je negativer die Bedeutung ist, umso mehr Angst haben sie vor den Schmerzen. Zieglgänsberger zieht sogar einen Vergleich mit der Angst vor der Folter.

Cut 22: Zieglgänsberger

Wenn in der Peripherie, zum Beispiel am Finger oder an der Hand (...), ein Schmerzreiz, ausgelöst wird dass der nicht nur erkannt wird, wo er ist, wie intensiv er ist, sondern, welche Bedeutung er auch hat. (...) Das heißt, in limbischen Strukturen kommt es zu Speicherung: Hier passiert etwas sehr Unangenehmes. Und es gibt Strukturen, wie zum Beispiel die Amygdala oder auch der Inselkortex, das sind Strukturen, die wir subsumieren unter dem limbischen System, die werden massiv von diesen Schmerzreizen aktiviert. (...) Im Endeffekt entwickelt sich daraus auch die Schmerzkrankheit.

Sprecherin:

Den reinen Schmerz, die schiere Wahrnehmung des Schmerzes, scheint es also nicht zu geben. Immer sind die Schmerzen gekoppelt an bewertende Gefühle, besonders an die Angst, wie der Münchener Professor meint. So erscheint der Schmerz in den Oberschenkeln als harmloser Muskelkater, die Stiche in der Herzgegend dagegen als bedrohliches Symptom. Die Angst verhindert dann, dass chronisch Schmerzranke Dinge tun, die ihnen Freude machen. Sie ziehen sich zurück, meiden Gesellschaft, weil sie glauben, die Anstrengung einer Party nicht ertragen zu können.

Cut 23: Zieglgänsberger

Die typischen Rückenschmerzpatienten, die sagen: Jetzt das auch noch! Jetzt läuft das schon nicht so und hier bin ich unzufrieden und hier bin ich so unzufrieden, und dann habe ich auch noch ´nen Rücken. Aber das erklärt ja eigentlich alles, weil ich ja das und das und das nicht machen kann. Weil ich diesen Rücken hab´. (...) Und das schaukelt sich so auf und das ist völlig unbemerkt vom Patienten. Patienten schaukeln sich da in eine angst- und depressionsgesteuerte Grundhaltung hinein die sie dann nach einer gewissen Zeit überhaupt nicht mehr kontrollieren können.

Sprecherin:

Schmerzen führen zu Vermeidung, Vermeidung führt zu weiteren Schmerzen. Bei diesem Effekt will der Forscher bei der Schmerztherapie einsetzen – er will Schmerz und Angst entkoppeln. Starke Medikamente machen den Patienten schmerzfrei und dann setzt eine Verhaltenstherapie an: schmerzfrei aufstehen, schmerzfrei gehen, schmerzfrei ein Konzert besuchen. Gehen, Stehen oder Feiern sind dann nicht mehr

gleichbedeutend mit Schmerz. So könnte das Gehirn mit positiven Gefühlen lernen, auch chronische Schmerzen zu verändern und zu lindern, hofft Zieglgänsberger.

Cut 24: Zieglgänsberger

Da das Gehirn keine Löschtaste hat, kann das nur überschrieben werden. Dieses überschreiben ist nur möglich, wenn ich den Patienten schmerzfrei oder schmerzarm mache durch Medikamente zum Beispiel oder durch andere Verfahren, ihn aber dann nachhaltig in diese – wie wir sagen – Relearning-Strategie einbinde. Das heißt, Relearning heißt: Früher hat das Gehen von a nach b weh getan. Plötzlich tut es nicht mehr weh. Und das muss ich dem Patienten – jetzt mal richtig scharf gesagt – richtig ins Gehirn hämmern.

Sprecherin:

Aber von einer klinischen Anwendung ist die Münchner Methode noch weit entfernt. Anders verfährt Christof Kohrs, Hypnosetherapeut aus Bremen. Er versucht, Angst und Depressionen vom Schmerz zu trennen, indem er die Aufmerksamkeit der Patienten in eine andere Richtung lenkt.

Cut 25: Kohrs

Der Patient hat ein sogenanntes inneres Archiv, das steht ihm zwar nicht immer zur Verfügung, aber in dem könnte man jetzt blättern, um ihm gelebtes Leben wieder zugänglich zu machen. Also, jemand leidet unter den schwersten Zuständen und ich bitte ihn, sich zuhause ein Photo rauszusuchen, wo er so richtig glücklich war und schmerzfrei und so weiter. Wenn der sich dieses Foto anguckt, kriegt er ein bestimmtes Gefühl. Es klingt noch mal nach, wie glücklich er damals war. (...) Vor der Sitzung erzählt er aus seinem Leben, wo er sich besonders entspannt, wohl schmerzfrei et cetera gefühlt hat, und dieses Bild wird ihm in der Trance wieder eingespeist. Und es steckt jetzt wieder genau da.

Sprecherin:

Die genauen Abläufe im Gehirn während der Hypnose sind bis heute wissenschaftlich nicht ganz geklärt. Sicher ist, dass Menschen in der Hypnose Schmerzen nicht mehr wahrnehmen. Die Verarbeitung des Schmerz-Signals ist unterbrochen. Durch diese Erfahrung kann Dauer und Qualität des Schmerzes im wachen Zustand verändert erlebt werden, er verliert einen Teil seines bedrohlichen Charakters. So kann es gelingen, die guten Gefühle wiederzugewinnen. Sich nicht vom Schmerz in die Ecke der Verlierer drängen lassen. Trance und Wiedererlernen eines Lebens, das auch mit dem Schmerz gelingt. In gewisser Hinsicht nehmen diese Strategien gegen die Pein wieder auf, was die Menschen vergangener Jahrhunderte gegen die Schmerzen getan haben. Sie verändern ihre Bedeutung. Ist dies eine moderne Form der „spirituellen Anästhesie“, von der der Medizinhistoriker von Engelhardt sprach?

Cut 26: Von Engelhardt

Es kann auch leicht zynisch wirken, wenn wir in dieser Hinsicht dem Schmerz auch einen Sinn geben. Deshalb sage ich ja, wir müssen unbedingt alles versuchen, was zur Schmerzlinderung beitragen kann und wir müssen aber doch gleichzeitig auch einen Weg finden, dem etwas abzugewinnen, wenn es eben nicht der Fall ist.

(...) Wie Novalis es z.B. gesagt hat: Krankheit insbesondere langwierige, er meint damit chronische, sind Lehrjahre der Gemütsbildung und Lebenskunst. Ja wenn sie es zunächst mal so einem chronischen Patienten sagen sagt der das klingt zynisch für mich. Aber es ist doch dennoch was dran.

Sprecherin:

Kann sein, dass dies ein schwacher Trost ist für die 800.000 Menschen in Deutschland, die unter unstillbaren chronischen Schmerzen leiden. Aber bedenkt man die enge Verbindung von Schmerzen, Gefühlen und Sinnggebung der Schmerzen, so scheinen die Lebenseinstellungen doch stark zur Schmerzbewältigung beitragen zu können. Hannes Hutwagner, der Mann mit dem gelähmten Arm, hat eine überaus bewegende Art gefunden, mit seinen Schmerzen zu leben. Er hat sich ihnen gestellt und er hat ihnen eine überraschende Bedeutung gegeben.

Cut 27: Hannes

Ich kann zusammenfassen, dass die ganzen alternativen Methoden auf den Punkt gebracht dazu führten dass ich einfach lernte, eben überhaupt zu einer inneren Entspannung zu kommen. [Und bei dieser inneren Entspannung ist es so, dass ich nicht mehr das Gefühl habe, dass der Schmerz, dass er mein ganzes System kontrahiert, sich zusammenzieht, immer mehr zusammenzieht und quasi wie ein Punkt auf dieses Schmerzgeflecht drückt(...)]

Wenn ich in meiner inneren Ruhe bin, in meiner inneren Ruhe bin, dann fühle ich mich sehr auch von Mitgefühl getragen, wenn ich diesen Schmerz wahrnehme, und in dieser Schmerz Wahrnehmung nehme ich mich auch sehr intim war. Dieser Schmerz hat für mich auch einen Aspekt der Intimität. Ich fühle mich in dem Moment sehr deutlich und sehr klar. Es klingt fast absurd, so als wenn mich der Schmerz zum näheren Fühlen zu mir selbst hinführt.

Atmo 8: Glasharfe

Cut 28: Hannes

Ich bin bescheidener geworden. (...) Der Schmerz erinnert mich ständig ans Fühlen. (...) Das kann ich sagen. Und damit wäre der Schmerz in leichter Form ganz wichtig. Ich wollt ihn gar nicht ganz weg haben. Das ist auch interessant. Ich merk eigentlich jetzt erst, wie im Drübersprechen. Also Schmerz bei drei als Erinnerung wäre gut für mich.

* * * *