



INTERDISZIPLINÄR-MULTIMODALE SCHMERZTHERAPIE (IMST)

DEZEMBER 2023

Christine Keller, M.A. Systemische Beratung
Krankenschwester, Lehrerin für Pflegeberufe
Heilpraktikerin (Psychotherapie), Systemische Beraterin

Häufige Situation – immer noch!

- Allgemein- und Fachärzte (z.B. Orthopädie) behandeln die meisten Patienten mit chronischen Schmerzen – oft für beide Seiten erfolglos.
- Häufig immer noch beschränkt auf Schmerzmittel und andere Medikamente, wie z.B. Antidepressiva.
- Häufig immer noch passive Maßnahmen, wie z.B. Massage.
- Häufig immer noch eine rein medizinisch-apparative Diagnostik + hoher Stellenwert
→ es gibt aber inzwischen starke Zweifel, inwieweit Befunde im Röntgen tatsächlich für Schmerzen verantwortlich sind.



Das Wissen um einen ‚bio-psycho-sozialen Schmerz‘ fordert bei Menschen mit chronischen Schmerzen ein anderes Vorgehen – wenn Schmerzen trotz leitliniengerechter Behandlung länger als 4 Wochen andauern.

<https://www.schmerzgesellschaft.de/topnavi/patienteninformationen/netzwerke-der-versorgung/interdisziplinaer-multimodale-schmerztherapie>

Functional-Restoration-Ansatz

= **Funktionswiederherstellung**, d.h. Stärkung der Fähigkeiten trotz Schmerzen

- 1985 vom Orthopäden Tom G. Mayer und dem Psychologen Robert J. Gatchel entwickelt
- Ziele, z.B. Steigerung von Fitness, Belastbarkeit, Koordination, Körperwahrnehmung, Stressverminderung → dafür braucht es verschiedene Berufsgruppen



Interdisziplinär-multimodale Schmerztherapie (IMST)

Interdisziplinär-multimodale Schmerztherapie (IMST)

= Behandlungskonzept, bei dem gleichzeitig und aufeinander abgestimmt verschieden somatische, körperliche, psychotherapeutische und psychologische Behandlung(skonzepte) nach einem vorgegebenen Behandlungsplan durchgeführt werden.

Vorher wurde ein gemeinsames Therapieziel vereinbart – in das unbedingt auch der Patient mit chronischen Schmerzen einbezogen ist (→ Adhärenz!)

Interdisziplinär-multimodale Schmerztherapie (IMST)

Checkliste für eine gute Schmerzklinik

- Multiprofessionelles Team mit festen Bezugstherapeuten
- Therapeuten mit ausreichend Zeit und einer Qualifizierungen im Bereich Schmerztherapie
- Intensive Behandlung (mehrere Stunden/Tag), vorrangig in kleinen Gruppen (i.d.R. 8 Patienten)
- Begleitend regelmäßige Einzelgespräche und Einzelbehandlungen (insbesondere beim Arzt und Psychologen)
- Enge und regelmäßige Absprache der Therapeuten im Team
- Der Behandlungsschwerpunkt liegt auf nicht-medikamentösen Therapieverfahren mit körperlich-aktivierenden Methoden
- Gut verständliche Informationen über Schmerz und Schmerzentstehung
- Passive Verfahren (z. B. Massage) nur dann, wenn sie in das aktivierende Konzept eingebunden sind Erlernen alltagstauglicher und individueller Strategien zur Schmerzbewältigung/Schmerzkontrolle
- Die Zielsetzung der Behandlung liegt darin, Hilflosigkeit abzubauen, Selbsthilfestrategien zu erlernen und im Alltag anwenden zu können

Interdisziplinär-multimodale Schmerztherapie (IMST)

Ziele einer multimodalen Schmerztherapie:

- Alltagstätigkeiten wiederaufnehmen
- Arbeitsfähigkeit wiederherstellen und Arbeitsaufnahme fördern
- Körperliche Schwächen abbauen, Leistungsfähigkeit steigern
- Bewegungsangst verringern
- Risikoverhalten verändern (z. B. Schonverhalten, Durchhalteverhalten)
- Zu gesundheitssportlicher Aktivität im Alltag hinführen
- Unnützer Operationen vermeiden
- Ängsten und Depressionen abbauen
- Fehlerhafter Anpassung an die Schmerzkrankheit abbauen
- Medikamentöse Therapie optimieren
- Verständnis der chronischen Schmerzen vermitteln

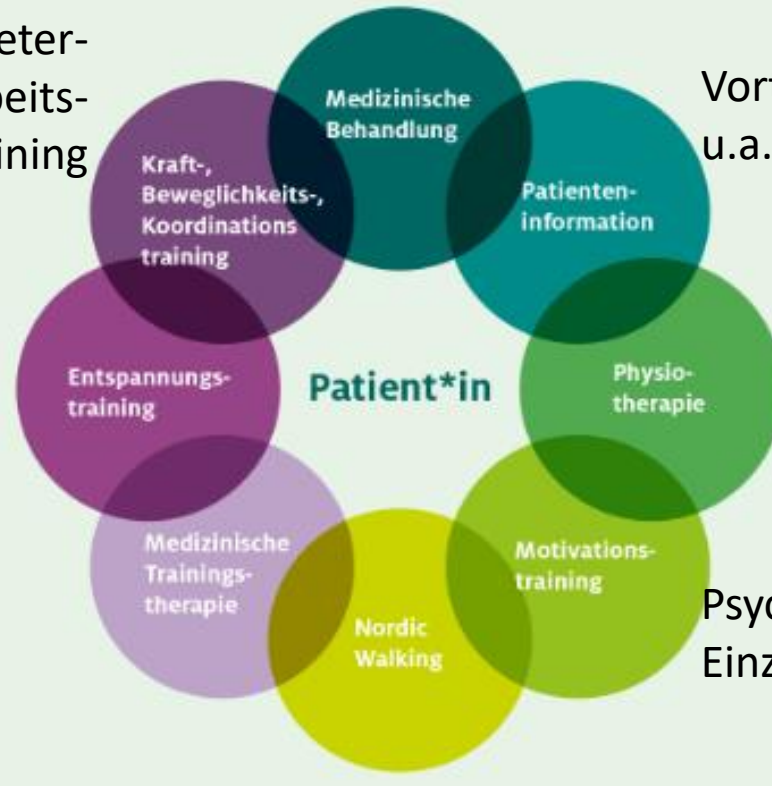
**Linderung
der
chronischen
Schmerzen**

Medikamente, invasive Verfahren
Behandlung von Krankheiten

u.a. Aqua-Gymnastik, Ergometer-
training, Ergotherapie → Arbeits-
platztraining

Vorträge, Patientenedukation,
u.a. bio-psycho-soziales Modell

u.a. Kunst- und Musiktherapie,
Imaginationsverfahren,
Entspannungsverfahren



u.a. Biofeedback, TENS,
Atemtherapie; auch Wärme oder
Kälte, Osteopathie, Akupunktur

Psychologische, psychotherapeutische
Einzel- und Gruppentherapie, z.B. KVT

Komplementäre Verfahren, z.B.
Hypnose, Aromapflege,
Embodiment;

Auch: Ernährungsanpassung, z.B.
Entsäuern, Darmsanierung,
Homöopathie, Bachbluten

Interdisziplinär-multimodale Schmerztherapie (IMST)

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08:00-09:00	Visite	Visite	Visite	Visite	Visite	Visite	Visite
09:00-10:00	09:15 - 10:15 Psychologie Gruppe	Spazieren im Rosengarten	09:15 - 10:15 Psychologie Gruppe	Spazieren im Rosengarten	09:15 - 09:45 Psychologie Gruppe		Spazieren im Rosengarten
10:00-11:00			10:15-10:45 Schmerztherapie Gruppe	10:30-11:00 Schmerztherapie Einzel	10:00-10:30 Schwimmtherapie Gruppe	10:00-12:00 Bewegungstherapie Fitnessstraining Gruppe	
11:00-12:00	11:00-11:30 Physiotherapie Gruppe		11:00-11:30 Physiotherapie Gruppe		11:00-11:30 Physiotherapie Gruppe		
	11:30-12:00 Schmerztherapie Einzel	11:30-12:00 Psychologie Einzel		11:30-12:00 Psychologie Einzel			
12:00-13:00	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen
13:00-14:00		13:30-14:00 Physiotherapie Einzel		13:30-14:00 Physiotherapie Einzel	13:15-14:45 Musiktherapie Gruppe	Geländetraining Patientengarten	Geländetraining Patientengarten
14:00-15:00	14:00-15:00 Ergotherapie Gruppe	14:00-15:00 Ergotherapie Gruppe	14:00-15:00 Ergotherapie Gruppe	14:00-15:00 Ergotherapie Gruppe			
15:00-16:30	15:15-15:45 Schmerztherapie Gruppe	15:15-16:30 Musiktherapie Gruppe	15:15-16:30 Musiktherapie Gruppe	15:00-16:00 Ernährungsberatung Gruppe		15:00-15:30 Schmerztherapie Gruppe	
16:00-16:30							

Interdisziplinär-multimodale Schmerztherapie (IMST)

Voraussetzungen von Seiten des Patienten

- ❖ Basisdiagnostik im Bereich Innere Medizin, Orthopädie, Psychiatrie bzw. Psychologie oder psychosomatische Medizin
- ❖ Ausreichende körperliche Belastbarkeit (übungsstabil), um an dem Programmen teilnehmen zu können; ggf. vorher medizinische oder geriatrische Rehabilitation
- ❖ Weitgehende Autonomie in den Alltagstätigkeiten
- ❖ Kognitives Verständnis für die Programminhalte
- ❖ Bereitschaft aktiv mitzuarbeiten, Akzeptanz, dass es keine passiven Verfahren geben wird
- ❖ Identifikation mit den Therapiezielen

→ **Arbeitshilfe Begutachungskriterien für eine multimodale**

Schmerztherapie des MDK, Stand 04/2019, https://md-bund.de/fileadmin/dokumente/Publicationen/GKV/Begutachtungsgrundlagen_GKV/BegHilfe OPS_8-918_MMS_171128_ergaenzt_190425.pdf

Ggf.
Behandlungs-
abbruch,
wenn der
Patient nicht
ausreichend
mitarbeitet



Christine Keller

www.christine-keller.com -

kontakt@christine-keller.com

0171/4029082

(auch WhatsApp)