

**Wie kommen Sie zu uns?**

Sie sprechen mit Ihrem Arzt,

- ob er eine multimodale Schmerztherapie für indiziert hält,
- lassen sich eine schriftliche Verordnung für Krankenhausbehandlung ausschreiben und
- melden sich in unserem Sekretariat an. (Tel. 0921 400 3480)

**Was passiert dann?**

Wir schicken Ihnen einen Schmerzfragebogen zu, den sie vollständig ausgefüllt zusammen mit allen relevanten Arztberichten und -befunden an die Schmerztagesklinik senden.

Dadurch erhalten wir erste wichtige Informationen zu ihrem Beschwerdebild und vermeiden unnötige Doppeluntersuchungen.

Sie erhalten einen Termin zur multidisziplinären Diagnostik. An diesem Tag werden sie fachärztlich, psychologisch, physiotherapeutisch, ergotherapeutisch, sporttherapeutisch und ggf. sozialpädagogisch untersucht. Nach der ganzheitlichen Betrachtung der Befunde erhalten Sie vom Arzt eine Therapieempfehlung.

Das weitere Vorgehen und einen für Sie optimal angepassten Therapieplan erhalten Sie zu Beginn des therapeutischen Aufenthalts. Den Termin für die nächstmögliche Teilnahme an unserem vierwöchigen multimodalen Therapieprogramm teilt Ihnen die Arzthelferin schriftlich oder telefonisch mit.

**Welche Kostenträger bezahlen Ihre Behandlung?**

- Gesetzliche und private Krankenkassen
- Berufsgenossenschaften
- Haftpflichtversicherungen

**So finden Sie uns:****Interdisziplinäre Schmerztagesklinik Bayreuth**

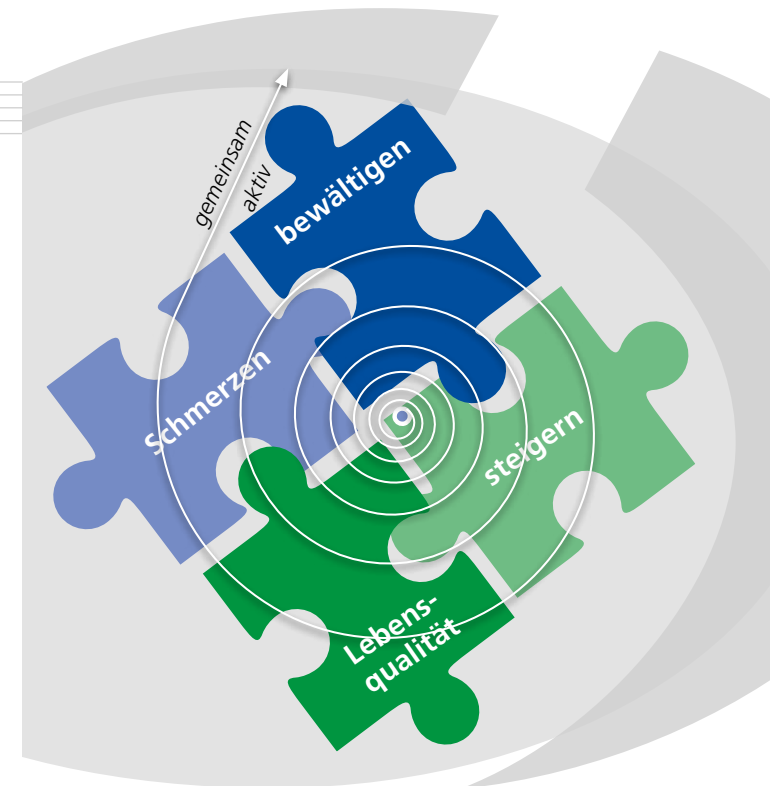
Sekretariat

Hohe Warte 8, 95445 Bayreuth

Tel.: 0921 400 3480

# Interdisziplinäre Schmerztagesklinik Bayreuth

## Wege aus dem Leid



## Chronische Schmerzen

Länger andauernde oder immer wiederkehrende Schmerzen, die chronisch geworden sind, können die Lebensqualität massiv beeinträchtigen.

Sie führen häufig nicht nur zu vermehrten Einschränkungen im Alltag, sondern damit verbunden auch zu depressiver Stimmung, angstvollen Gedanken, Schlafstörungen und einer verminderten Konzentrationsfähigkeit.

Viele Betroffene haben trotz vielfältiger Untersuchungen und Behandlungen keine nachhaltige Linderung ihres Leids erfahren.

Häufig kommen zusätzliche Beschwerden durch Nebenwirkungen der Medikamente (z.B. Magen-Darm-Beschwerden, Nierenschäden) hinzu, so dass die mit den Schmerzen assoziierten Einschränkungen und Probleme im privaten und beruflichen Umfeld immer größer werden.

Um diesen Teufelskreis zu durchbrechen, bieten wir Ihnen nach einer fundierten interdisziplinären Diagnostik eine multimodale Schmerztherapie unter teilstationären Bedingungen an.

### Unser interdisziplinäres Behandlungsteam setzt sich zusammen aus:

#### Leitung:

##### **Priv.-Doz. Dr. med. Rainer Abel**

Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Physikalische Therapie und Rehabilitationswesen, Chirotherapie und Spezielle Schmerztherapie, Kinderorthopädie, Chefarzt Schmerztagessklinik Bayreuth

#### Leitungsteam:

##### **Dr. med. Hans-Jürgen Honikel**

Facharzt für Anästhesiologie und Spezielle Schmerztherapie

##### **Dr. med. Roman Koshedub**

Facharzt für innere Medizin und Rheumatologie

##### **Dr. med. Lukas Szczerba**

Facharzt für Orthopädie

##### **Dipl.-Psych. Tanja Nüßlein Saraiva**

Psychologische Psychotherapeutin  
(Schwerpunkt Verhaltenstherapie)

### Behandlungsteam

Ärzte  
Psychologische Psychotherapeuten  
Sporttherapeuten  
Physiotherapeuten  
Ergotherapeuten  
Ernährungsberater  
Medizinische Bademeister  
Sozialarbeiter  
Medizinische Fachangestellte

### Multimodale Schmerztherapie

- Kleine Gruppe von max. 8 Personen
- 4 Wochen täglich von 8.00 – 16.00 Uhr

### Ärztliche und psychologische

#### Einzel- und Gruppenbehandlungen

- Patientenschulungen zum besseren Verständnis körperlicher, psychischer und sozialer Prozesse bei chronischem Schmerz
- Erkennen von Schmerzauslösern
- Erlernen schmerzlindernder Techniken
- Erlernen von Schmerzbewältigungsstrategien
- Erkennen und Verändern von Verhaltens- und Denkweisen, die zur Schmerzchronifizierung beitragen
- Optimierung und Reduzierung der Schmerzmedikation
- Erlernen von Entspannungstechniken und Achtsamkeit

### Aktivierende Bewegungs- und Gestaltungstherapie

- Wiedererlangen des Vertrauens in die eigene Leistungsfähigkeit
- Wiedererlernen verloren gegangener Fähigkeiten
- Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit
- Förderung der Körperwahrnehmung und einer realistischen Belastungseinschätzung
- Wiederaufnahme sozialer Kontakte
- Hilfestellung zur beruflichen Wiedereingliederung bei Arbeitsunfähigkeit

### Auffrischtage

Wie gut können Sie das Erlernte im Alltag umsetzen? Um das eigene Verhalten noch einmal auf den Prüfstand zu stellen und den Umgang mit den Schmerzen neu zu überdenken, bieten wir Ihnen nach drei Monaten eine Auffrisch-Woche an. Hier können Sie ihre Strategien noch einmal optimieren.

### Ziele der multimodalen Schmerztherapie:

1. Den Schmerz mit all seinen Auswirkungen und Wechselwirkungen als komplexes Syndrom verstehen
2. Lebensqualität steigern
3. Schmerzen nachhaltig lindern

### Eine Behandlung in der Interdisziplinären Schmerztagessklinik Bayreuth ist sinnvoll,

#### wenn Sie unter

- Chronischen Rücken- und Wirbelsäulenschmerzen
- Gelenk- und Muskelschmerzen
- Ganzkörperschmerzen
- Chronischen Kopfschmerzen
- Nervenschmerzen
- Schmerzen ohne erkennbare Ursache
- medikamenteninduzierten Schmerzen
- komplexem regionalem Schmerzsyndrom (Morbus Sudeck) leiden

#### und Sie

- körperlich (Beweglichkeits- und/oder Funktionseinschränkung)
- in Denken und Stimmung
- in ihrem privaten oder beruflichen Leben deutlich beeinträchtigt sind

#### und Sie

- ihren Gesundheitszustand aktiv verbessern wollen
- bereit sind, selbständig und selbstverantwortlich für Veränderungen in ihrer Lebensgestaltung zu sorgen