

## Schmerz lass nach!

Schmerzen sind Anzeichen für gesundheitliche Störungen. Die Ursachen können vielfältiger Natur sein: hervorgerufen beispielsweise durch Verletzungen, Entzündungen, Krebsleiden oder Störungen im Nervensystem. Vor allem Kopf- und Rückenbeschwerden sind weit verbreitet, rund eine halbe Millionen Menschen leiden hierzulande darunter. Schmerzen enden in der Regel, wenn der Auslöser erkannt und behandelt wurde. Oft bleiben sie aber bestehen oder treten ohne erkennbare Ursache auf. Dann spricht man von chronischen Schmerzen. Auch für diese Form des Schmerzes gibt es vielfältige Behandlungsmöglichkeiten. Denn unerträgliche Schmerzen müssen und dürfen nicht sein.

Schmerzen sind aber nicht nur ein körperliches Phänomen: Patienten mit einer chronischen Schmerzerkrankung geraten nach und nach an die Grenzen ihrer emotionalen und seelischen Kräfte. Die Situation kann zur persönlichen Katastrophe werden: Familiäre Belastungen, Schlaflosigkeit, Arbeitsausfälle, Resignation oder gar Depression sind häufige Begleiterscheinungen. Interdisziplinäre Schmerzbehandlungen, die auch psychologische und orthopädische Behandlungsmöglichkeiten einschließen, versprechen daher den größten Erfolg.

Die ersten Bremer Schmerz-Tage der Freien Kliniken Bremen informieren umfassend über diese und andere Schmerztypen, deren Ursachen, erfolgreiche Therapiemöglichkeiten und vieles mehr.

Kooperationsgemeinschaft Freie Kliniken Bremen:



DIAKO Ev. Diakonie-Krankenhaus  
Gröpelinger Heerstraße 406–408  
28239 Bremen



Krankenhaus  
St. Joseph-Stift Bremen

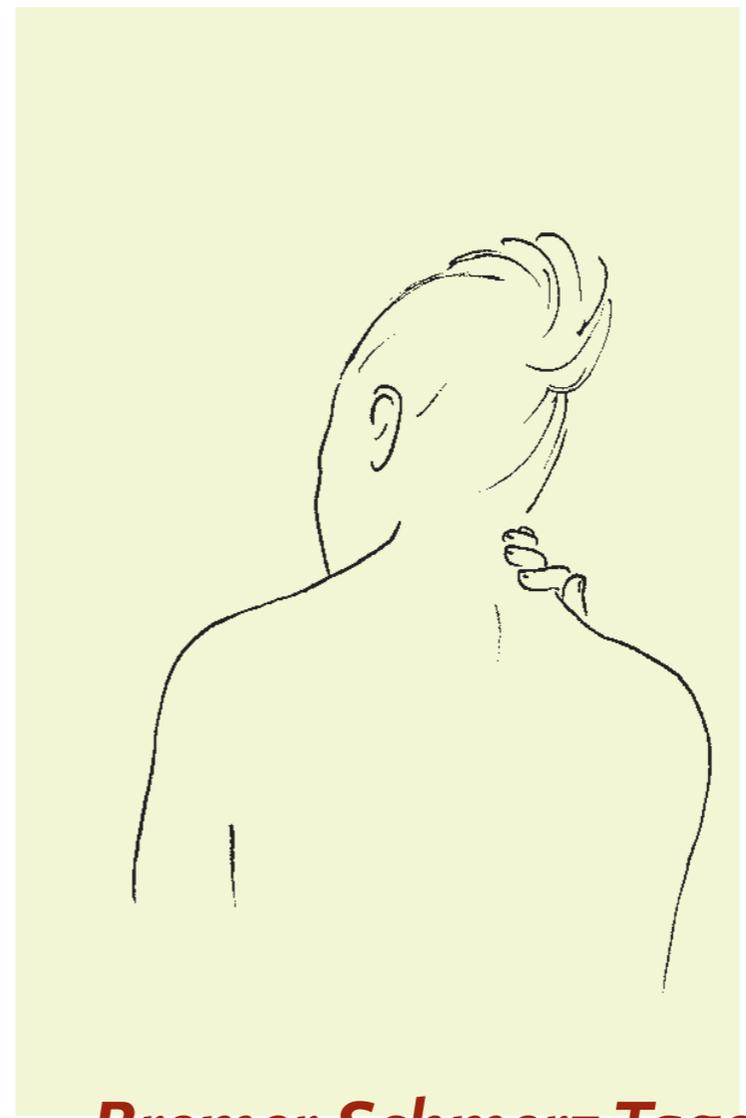
St. Joseph-Stift  
Schwachhauser Heerstraße 54  
28209 Bremen



Roland-Klinik  
Niedersachsendamm 72–74  
28201 Bremen



Rotes Kreuz Krankenhaus Bremen  
St.-Pauli-Deich 24  
28199 Bremen



Gestaltung: Matthias Dörmann - doermann@design-kultur.de

# Bremer Schmerz-Tage

07.–10. NOVEMBER 2007

## Herzlich willkommen zu den Bremer Schmerz-Tagen!

Ob Kopf, Gelenk, Rücken oder Magen: Jeder Teil des Körpers kann auf unangenehme Weise auf sich aufmerksam machen – pochend, stechend, krampfartig kann sich der Schmerz äußern. Im Idealfall sind diese Empfindungen ein kurzzeitiges Phänomen, im schlimmsten Fall der Beginn eines langen Leidenswegs.

Wir freuen uns, Sie zur dritten gemeinsamen Veranstaltung der Freien Kliniken Bremen begrüßen zu können. Vom 7. bis 10. November dreht sich bei uns im DIAKO Ev. Diakonie-Krankenhaus, im Krankenhaus St. Joseph-Stift, in der Roland-Klinik und im Rotes Kreuz Krankenhaus alles um das Thema Schmerz. Denn Schmerzen müssen als wichtiges Warnsignal ernst genommen werden: Sie treten auf, wenn im Körper etwas in Unordnung geraten ist. Diese wichtige »Feuermelder-Funktion« hilft uns zu überleben.

Im Rahmen der ersten Bremer Schmerz-Tage informieren wir Sie in den einzelnen Häusern über Vorbeugung, Diagnostik und Behandlung von akuten und chronischen Schmerzen. Besuchen Sie die Vorträge unserer Schmerz-Experten, informieren Sie sich über die Angebote von Selbsthilfegruppen, werfen Sie einen Blick in Therapie- und Geburtsräume, und lernen Sie Entspannungsübungen kennen.

Seien Sie herzlich willkommen bei den Freien Kliniken Bremen! Wir freuen uns auf Sie.

[www.freieklinikenbremen.de](http://www.freieklinikenbremen.de)

Vorträge | Praktische Übungen | Ausstellungen



### Hier finden die Bremer Schmerz-Tage 2007 statt:

- 07. November Roland-Klinik
- 08. November St. Joseph-Stift
- 09. November Rotes Kreuz Krankenhaus Bremen
- 10. November DIAKO Ev. Diakonie-Krankenhaus

freie kliniken BREMEN  
GESUNDE SYNERGIEN

MI 07.11. Roland-Klinik

ab 15 Uhr Vorträge

15 Uhr Dr. Zsolt Fekete, Roland-Klinik

**Damit 's erst gar nicht so weit kommt:  
Schmerzprophylaxe für den Rücken**

Im Anschluss: Patienten fragen – Experten antworten

16 Uhr Olaf Klünder, Anästhesist und Schmerztherapeut

**Was tun bei chronischen Rückenschmerzen?  
Vorstellung der multimodalen Schmerztherapie  
>BIRTH<**

17 Uhr Dr. Gesine Loeschcke, Roland-Klinik

**Akutschmerzbehandlung nach der Operation –  
Welche Möglichkeiten gibt es?**

Im Anschluss: Patienten fragen – Experten antworten

**15 – 18 Uhr Praktische Übungen  
Physiotherapie**

Praktische Übungen zur Schmerzprophylaxe für den Rücken

**Ausstellung medizinischer Produkte**

Roland-Klinik  
Niedersachsendamm 72–74 | 28201 Bremen  
Infos unter 0421-87 78-260 oder [www.freieklinikenbremen.de](http://www.freieklinikenbremen.de)

DO 08.11. St. Joseph-Stift

ab 15 Uhr Vorträge Patienten fragen – Experten antworten

**Das schmerzfreie Krankenhaus –  
Utopie oder Realität?**

15 Uhr Dr. Carsten Brummerloh, Priv.-Doz Dr. Wolfgang Sendt, St. Joseph-Stift

**Schmerztherapie in der Chirurgie**

15:30 Uhr Patienten fragen – Experten antworten

16 Uhr Dr. Bernd Leitner, Prof. Dr. Christiane Frantzen, St. Joseph-Stift

**Schmerzlinderung im Rahmen der natürlichen  
Geburt und Schnittentbindung**

16:30 Uhr Patienten fragen – Experten antworten

17 Uhr Raimond Ehrentraut, Prof. Dr. med. Karsten Jaeger, St. Joseph-Stift

**Pflegebasierte Schmerztherapie**

17:30 Uhr Patienten fragen – Experten antworten

**18.30 Uhr Wöchentliche Kreissaalführung**

Treffpunkt: Information Haupteingang

St. Joseph-Stift  
Schwachhauser Heerstr. 54 (Eing. Schubertstr.) | 28209 Bremen  
Infos unter 0421-347-16 52 oder [www.freieklinikenbremen.de](http://www.freieklinikenbremen.de)

FR 09.11. Rotes Kreuz Krankenhaus

ab 15 Uhr Vorträge

Prof. Rolf-Detlef Treede, Mainz, designerter Präsident der Deutschen Gesellschaft zum Studium des Schmerzes

**Wie wird ein akuter Schmerz chronisch?**

Dr. Bernd Wagener, Oberarzt RKK

**Was kann ich von einer guten Schmerztherapie  
nach der Operation erwarten?**

Prof. Dr. Jens Gert Kuipers, Dr. Ingo Arnold, Priv.-Doz. Dr. Michael Strumpf, Chefarzte RKK

**Interdisziplinäre Diagnostik und Therapie  
chronischer Schmerzen**

Dipl.-Psych. Susanne Barton, Psychologin RKK

**Ich bilde mir meine Kopfschmerzen  
doch nicht ein!**

Priv.-Doz. Dr. Michael Strumpf, Chefarzt RKK

**Von Patient zu Patient (Patientenvorstellung)**

**Diskussion Patienten fragen – Experten antworten**

**Vorstellung der Selbsthilfegruppe  
>Raus aus dem Schmerz<**

ab 17 Uhr Praktische Übungen  
**Physikalische Medizin**

Übungen zum Mitmachen – Wer rastet, der rostet

**Besichtigungen**

Therapieräume | Bewegungsbad | Kältekammer | Tagesklinik

Rotes Kreuz Krankenhaus Bremen  
St.-Pauli-Deich 24 | 28199 Bremen  
Infos unter 0421-55 99-277 oder [www.freieklinikenbremen.de](http://www.freieklinikenbremen.de)

SA 10.11. DIAKO  
Ev. Diakonie-Krankenhaus

ab 11 Uhr Vorträge Patienten fragen – Experten antworten

Prof. Gerhard P. Lenz

**Was tun beim Bandscheibenvorfall?**

Dr. Nils-Henrik Goecke

**Was tun bei Knochenschmerzen/Osteoporose?**

Prof. Michael Mohr

**Was tun bei chronischen Schmerzen?**

Dr. Astrid Brunnbauer

**Die schmerzfreie Geburt**

Prof. Stephan M. Freys

**Auf dem Weg zur >Schmerzfremen Klinik<**

ab 12.30 Uhr Praktische Übungen  
**Physiotherapie**

Osteoporose-Gymnastik | Schlingentisch (Schmerzlinderung, Entspannung) | Feldenkrais-Übungen | Bewegungsbad/Wassergymnastik-Rückenschule/Wirbelsäulengymnastik | Kälte- und Wärmetherapie zur Schmerzlinderung

**Besichtigungen**

Schmerztherapie-Therapieräume | Bewegungsbad

**Infostände/Infomaterial:**

Ausstellung orthopädischer Hilfsmittel | Videoclip zur Kyphoplastie u. a. | Schmerzkalendar und visuelle Schmerzskaalen

**Ernährungsberatung bei Osteoporose**

DIAKO Ev. Diakonie-Krankenhaus  
Gröpelinger Heerstraße 406–408 | 28239 Bremen  
Infos unter 0421-61 02-30 01 oder [www.freieklinikenbremen.de](http://www.freieklinikenbremen.de)

