

# Schmerzen bei Rheuma Eine interdisziplinäre Herausforderung

**INSELSPITAL**  
UNIVERSITÄTSSPITAL BERN  
HÔPITAL UNIVERSITAIRE DE BERNE

**RIA** Rheumatologie  
Immunologie  
Allergologie

**lic. phil. Oliver Fluri, Fachpsychologe f. Psychotherapie, FSP**

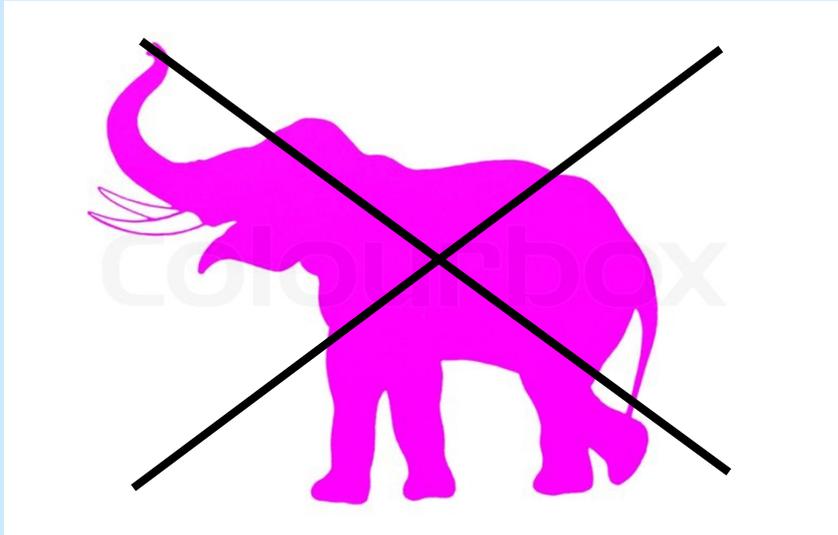
Klinik für Rheumatologie, Immunologie und Allergologie

Klinik für Rheumatologie, Immunologie und Allergologie



Schmerzen – eine interdisziplinäre Herausforderung

2



## Selbstwirksamkeit



## Inhalte Vortrag

### Herausforderung für Patienten

- Wissen
- Motivation
- Tun



### Herausforderung Behandlungsteam

- Bio-psycho-soziales Modell
- Psychoedukation

### BAI – Bern Ambulant Interprofessionell

- Muskuloskelettales Reha-Programm für Schmerzpatienten

## Unterschiede akuter / chronischer Schmerz

Konzepte	Akutschmerz	Chronischer Schmerz
Fragestellung	Warum ist der Patient krank?	Wie kommt der Patient mit seinen Schmerzen zurecht?
Abklärung	Suche nach somatischen Ursachen	Ermittlung Selbsthilfepotential
Behandlungsziele	Heilung Grunderkrankung	Zuwachs Lebensqualität, verbesserter Umgang
Arzt	Experte, verantwortlich für Erfolg / Misserfolg	„Case manager“, Moderator, interdisziplinär
Patient	Passiver Empfänger von therapeutischen Verschreibungen	Aktiver, selbstverantwortlicher Partner > <b>Erhöhung Selbstwirksamkeit</b>

Mod. nach H.P. Wengle, 1985

## Warum? Die Frage nach der Ursache



**Linear-kausal  
Ursache-Wirkung**

**z.B. Fraktur**



**Zirkulär / kreisförmig  
Mehrere Faktoren,  
unvorhersehbare Wirkung  
z.B. Autoimmunerkrankung**

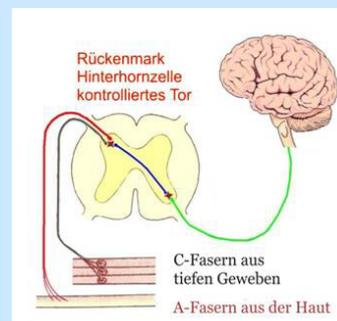
## Verschiedene Schmerzmodelle

**Modell n. Descartes**  
„Cogito ergo sum“, 1596-1650



**Nozizeption**

**Gate-Control Theorie**  
Mezlack & Wall, 1965



**Perzeption**

## Unterschiedliche Schmerzarten

Läsional peripher	Läsional neuropathisch	Peripher und/oder zentral	Zentral-zerebral
Fraktur	Periphere Neuropathie	chronischer Rückenschmerz	Fibromyalgie

Mod. nach N. Egloff, 2014



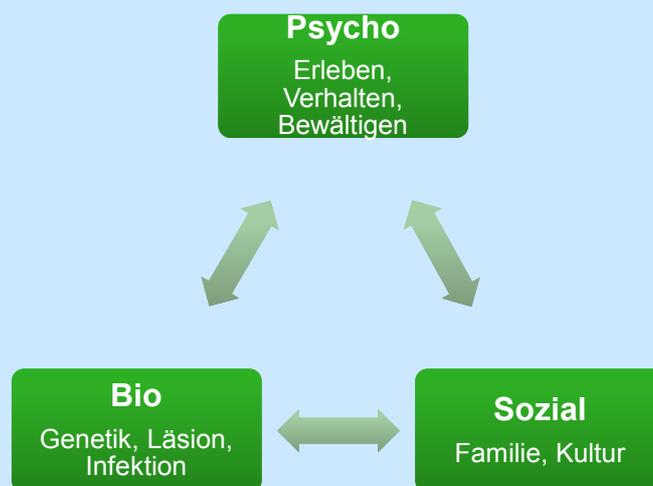
## Teufelskreis



## Training / Etwas tun....



## Bio-psycho-soziales Krankheitsmodell



## Systemhierarchien

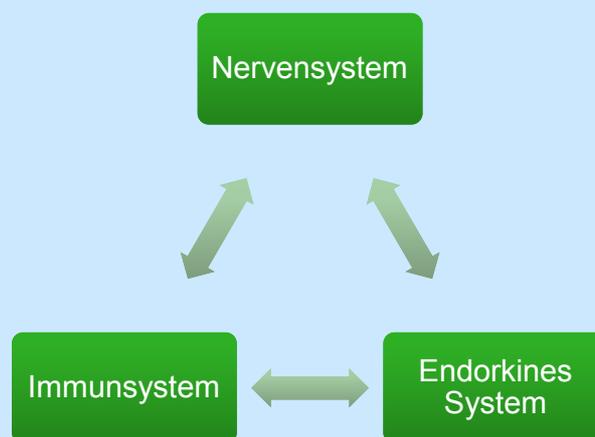
...  
**Kultur, Subkultur**  
**Gemeinde, Gemeinschaft**  
**Familie**  
**2-Personen-Beziehung**  
**Person**  
**Organe**  
**Gewebe**  
**Zellen**  
**Moleküle**

...

1976

Mod. nach G.L. Engels,

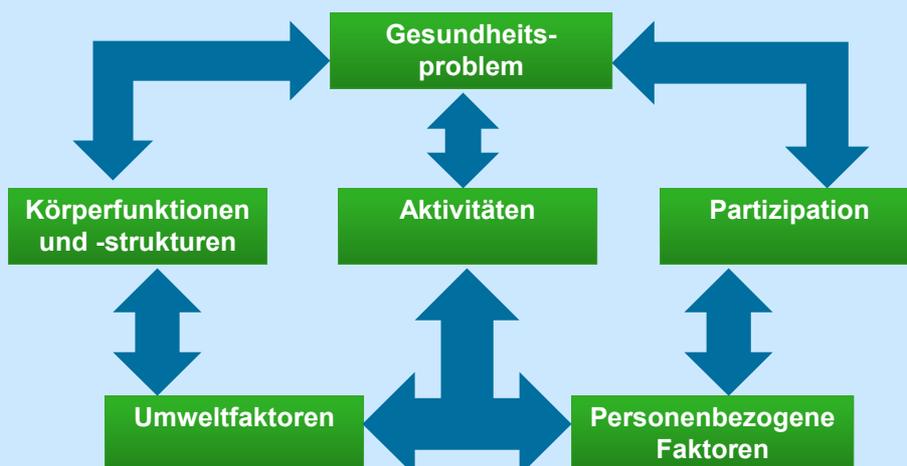
## Psychoneuroimmunologie



## Erklärungs-Paradigmen in der Medizin / Forschung

Bio-medizinisch	Bio-psycho-sozial
Reparatur-Modell	Krankheit als Verlust der Selbstregulierung
Krankheit / Gesundheit als Zustand	Krankheit / Gesundheit als dynamisches Geschehen
Unabhängigkeit Körper / Psyche	Wechselwirkung / Kommunikation
Eingrenzung des Untersuchungsgegenstandes	Hierarchische Systemebenen, die miteinander kommunizieren
Getrennte Fachgebiete: Immunologie, Kardiologie, etc.	Zusammenhänge, z.B. Psycho-Neuro-Immunologie

## ICF: International Classification of Functioning



## Interdisziplinarität – gemeinsame Sprache sprechen



## Herausforderung Psychoedukation

„ Es ist notwendig, dass eine Veränderung des individuellen Schmerzkonzeptes der Patienten der Therapie jeweils vorgeschaltet werden muss, um Therapiemotivation und Effizienz der Therapie zu erhöhen.“ (Hildebrandt, 1989)

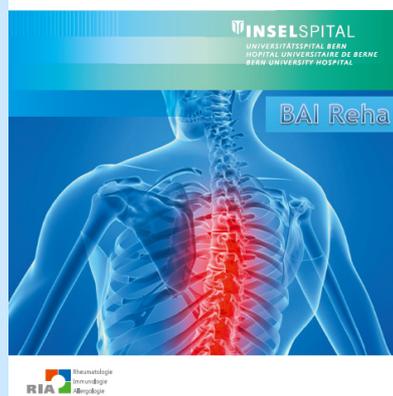
„ Nach Edukation über Schmerzphysiologie wurden die Schmerzen von Patienten als weniger bedrohlich wahrgenommen und sie fühlten sich weniger ausgeliefert.“ (Moseley, 2003)

**„Gesagt ist nicht gehört.  
Gehört ist nicht verstanden.  
Verstanden ist nicht einverstanden.  
Einverstanden ist nicht angewendet.  
Und angewendet ist noch lange nicht  
beibehalten.“**

**Konrad Lorenz**

## BAI Reha – Innovationsprojekt Inselelspital

Universitätsklinik für Rheumatologie, Klinische Immunologie  
und Allergologie  
Musculoskelettales Reha-Programm für Schmerzpatienten  
(BAI = Bern – Ambulant – Interprofessionell)



## Entwicklung des BAI-Programms

- Seit 2006 interprofessionelle Besprechung der chronischen Schmerzpatienten in der Rheumatologie
- Kurzhospitalisation mit interdisziplinärer Besprechung (Physio, Ergo, Psychologie, Pflege, Ärzte)
  - Verbesserung während stationärer Behandlung, wenig Nachhaltigkeit
- Seit Februar 2013, BAI-Programm entwickelt
- Mittlerweile fester Bestandteil der Rheumatologie
- Studie: „Wirksamkeit der BAI-Reha“, Gantschnig, B., Villiger, P. (2016), in Bearbeitung

## Hintergrund - Interdisziplinär

Interdisziplinäre Interventionen sind wirksamer als einzelne Interventionen bei Personen mit chronischem Schmerz.

Zum Beispiel:

- Spondylitis ankylopoetica (Kjeken et al., 2013)
- Rücken- und Nackenschmerzen (Jensen, Bergstrom, Ljungquist, & Bodin, 2005)
- Fibromyalgie (Casanueva-Fernandez, Llorca, Rubio, Rodero-Fernandez, & Gonzalez-Gay, 2012; Castel et al., 2013; Lemstra & Olszynski, 2005; Martin et al., 2014)
- Kreuzschmerzen (Dufour, Thamsborg, Oefeldt, Lundsgaard, & Stender, 2010; Henchoz, de Goumoens, So, & Paillex, 2010; Monticone et al., 2014; Monticone et al., 2013; Nazzal et al., 2013)
- Migräne (Lemstra, Stewart, & Olszynski, 2002)

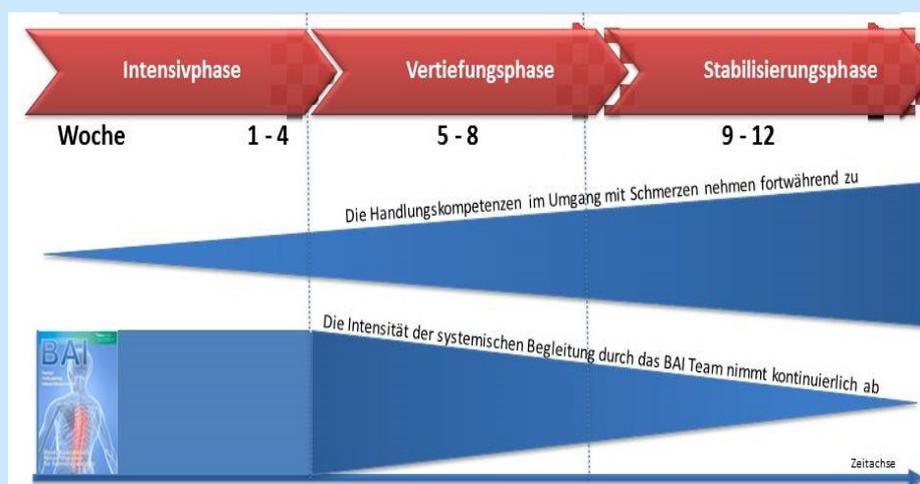
## Einschlusskriterien

- Erwachsene
- chronischer Schmerz
  - a) organischer Kern
  - b) psychische Komorbidität
- psychosoziale Problematik
- motiviert für ein aktive Teilnahme an einem intensiven Programm

## Ausschlusskriterien

- unter 18 Jahren
- primär psychische Erkrankung
- Ablehnung einer aktiven Teilnahme an einem interdisziplinären Schmerzprogramm
- zu wenig Deutschkenntnisse, um an einem Gruppengespräch aktiv teilzunehmen
- laufendes IV-/Gerichtsverfahren

## Behandlungsphasen



## Allgemeine Informationen

- 3-tägige Hospitalisation zur Vorabklärung mit interprofessionellem Assessment
- Start jeden Monat mit Gruppe von 7 Personen
- Ziele werden gemeinsam mit Patienten entwickelt
- Zielbesprechung eine Woche vor Programmstart, nach 2, 4 und 9 Wochen
- Intensivphase: 3 ganze Tage / Woche
- Vertiefungsphase: 2 halbe Tage, Fokus Arbeitsintegration
- Stabilisierungsphase: Heimprogramm, Training MTT

## Interdisziplinärer Stundenplan

	Mo	Mi	Do
8:30			
9:00	B C D	A B D	E
9:30	A E	A B C D	F
10	B C E F	A B C D	C E F
10:30	A B C D E F	A B C D	D E F
11	A B C D E F		B C E
11:30	D E F	Kö-Wahrmg 11.30-12.30	A Ergo-Koch-Gruppe 11.30-13.00
12			
12:30	Begrüßung		
13	MTT 13-14.30	Ergo-Gruppe 13.30-15.00	F
13:30			B D
14			MTT 14-15.00
14:30			A
15	Psych-Gruppe 15-16.30	Nordic Walking 15.00-16.00	C
15:30			E
16:		F	Badgruppe 16.00-16.45
16:30			

## Berufsgruppen im BAI

### Medizin

Diagnostik, ggf. somatische Abklärungen  
Aufklärung / Information  
Medikamentenanpassung

### Physiotherapie

Einzel und Gruppe  
Medizinische Trainingstherapie (MTT)  
Walking  
Körperwahrnehmung  
Unterstützung Erarbeitung Trainingsprogramm

## Berufsgruppen BAI

### Ergotherapie

Einzel und Gruppe  
Unterstützung in relevanten Alltagstätigkeiten in Bereichen  
Selbstversorgung, Arbeit/Produktivität und Freizeit  
Kochgruppe, Genussstraining, Energiespender  
Arbeitsplatzabklärung

### Sozialberatung

Unterstützung finanzielle, berufliche Anliegen  
Kontaktaufnahme IV, RAV, Sozialberatung  
Arbeitsintegration

## Berufsgruppen BAI

### Psychologie

Einzel und Gruppe

Entspannungsverfahren, z.B. Progressive Muskelentspannung

Mentale Techniken der Schmerzbewältigung, z.B. Selbsthypnose, Imaginationen

Stressbewältigung

### Pflege

Beratung Schlaf / Ernährung

Organisation

## Interdisziplinarität

Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile

Physiotherapie

Medizin

Sozialarbeit



Psychologie

Ergotherapie

Pflege

Klinik für Rheumatologie, Immunologie und Allergologie

[www.ria.insel.ch](http://www.ria.insel.ch)

INSELSPITAL  
UNIVERSITÄTSSPITAL BERN  
HOPITAL UNIVERSITAIRE DE BERNE  
BERN UNIVERSITY HOSPITAL

Rheumatologie  
Immunologie  
Allergologie

NOTFALL

Rheumatologie

- Anmeldung
- Leistungsangebot
  - Poliklinik
  - Bettenstation
  - Tagesklinik
  - BAI-Reha
  - Physiotherapie
  - Pflege
  - Ergotherapie
  - Schwangerschaftsreuma / Familienplanung
  - Kinder mit Rheuma
  - Jugendliche mit Rheuma
  - Sozialberatung

Home Anreise Kontakt

Universitätsklinik für Rheumatologie, Immunologie und Allergologie · Rheumatologie · Leistungsangebot · BAI-Reha

### Universitätsklinik für Rheumatologie, Immunologie und Allergologie

#### Muskuloskelettales Reha-Programm für Schmerzpatienten (BAI = Bern - Ambulant - Interprofessionell)

Als führende Anbieter für ambulante muskuloskeletale Schmerztherapie im Raum Bern, integriert in die Spitzenmedizin und Forschung des Inseleospitals Bern, bieten wir Schmerzpatienten und -patientinnen auf sie angepasste, qualitativ geprüfte Therapiemodule an.

Durch die systemische Zusammenarbeit eines Expertenteams aus den Berufsrichtungen Medizin, Pflege, Physiotherapie, Ergotherapie, Psychologie und Sozialarbeit des Inseleospitals eröffnen sich neue Möglichkeiten für die Patienten und Patientinnen. Gemeinsam mit ihnen suchen wir nach Lösungen und Strategien, damit sie ein Stück Lebensqualität zurückgewinnen können.

Weitere Informationen entnehmen Sie bitte dem Flyer in PDF-Format.

Schmerzen – eine interdisziplinäre Herausforderung 31

Klinik für Rheumatologie, Immunologie und Allergologie



**Danke für Ihre Aufmerksamkeit!**

Schmerzen – eine interdisziplinäre Herausforderung 32

## Kontakt

Lic. phil. Oliver Fluri [oliver.fluri@insel.ch](mailto:oliver.fluri@insel.ch)

INSELSPITAL, Universitätsspital Bern  
Klinik für Rheumatologie, Immunologie und Allergologie  
3010 Bern