

# Wenn die Seele Schmerzen leidet

*Behandlungsmöglichkeiten chronischer Schmerzen im Kindes- und Jugendalter*

Schmerzen sind ein Warnsignal des Körpers und daher eigentlich etwas Gutes. Wer sie jedoch dauerhaft hat, leidet erheblich – Körper, Psyche und Selbstwertgefühl werden langfristig negativ beeinträchtigt. Was viele nicht wissen: Chronische Schmerzen nehmen bereits im Kindes- und Jugendalter immer stärker zu. Deutschlandweit leiden mehr als 300.000 Kinder und Jugendliche unter chronischen Schmerzen.

„Wir fühlen uns für alle Patienten zuständig, die chronische körperliche Beschwerden aufweisen, bei denen jedoch bislang keine Ursache festgestellt werden konnte“ sagt Dr. Adam Geremek, Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie sowie Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin. Seit mehr als vier Jahren behandelt er in der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie des Helios Klinikum Schleswig Patientinnen und Patienten mit Kopf- und Bauchschmerzen, aber auch Gelenkschmerzen und dem sogenannten Schmerzverstärkersyndrom. Oft haben die Patienten und ihre Eltern eine monate- bis jahrelange Odyssee hinter sich mit unzähligen Terminen bei Ärzten, Spezialisten und in Krankenhäusern.

In der psychosomatischen Sprechstunde der Institutsambulanz der Klinik setzt der Experte auf eine gezielte somatische Diagnostik mit Augenmaß für den Patienten und seine psychosozialen Belastungsfaktoren. „Dabei gilt oftmals sprichwörtlich ‘Weniger ist mehr‘“, so Dr. Geremek. Denn mit jedem Arztbesuch und jeder Untersuchung verfestigt sich das Gefühl der jungen Patienten, an einer schweren Krankheit zu leiden, bei der ihnen niemand helfen kann. Das erschwert die spätere Therapie. „Die meisten unserer Patienten sind Monate oder gar Jahre nicht mehr zur Schule gegangen. Irgendwann, wenn



Das multiprofessionelle Team der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie im Helios Klinikum Schleswig bespricht die passenden Therapieansätze für die jungen Patienten.

der strukturierende Alltag wegfällt, kommen Schlafstörungen hinzu, so dass sich der Schlaf-Wach-Rhythmus der Kinder umkehrt und ein normales, jugendtypisches Leben kaum noch möglich ist. Dadurch ziehen sich die jungen Patienten immer mehr zurück und nehmen nicht mehr am sozialen Leben teil. Ein Teufelskreis beginnt“, erklärt Dr. Geremek.



Dr. Adam Geremek.

Die meisten der Anfragen in der Spezialsprechstunde kommen typischerweise wenige Wochen nach den Ferien. Hier wird besonders deutlich, dass das Kind es doch nicht schafft, die psychosozialen Belastungen, die mit den Beschwerden in Zusammenhang stehen und die Angst vor der Schule, zu überwinden. Dabei empfiehlt Dr. Geremek eine rasche Vorstellung in der Sprechstunde, denn vor allem die Zeit von Beginn der Beschwerden bis zur Vorstellung in der Psychosomatik ist der entscheidende Faktor. Nicht selten, wenn die Beschwerden noch nicht lange andauern und die Situation nicht zu verfahren ist, reichen wenige ambulante Termine. Oftmals kann dann mit einer stufenweisen schulischen Reintegration begonnen oder ein Klassen- oder Schulwechsel vorgenom-

men werden. „Je früher, desto besser“, empfiehlt er. Sofern eine ambulante Therapie nicht (mehr) möglich ist, kann auch eine stationäre Therapie in Schleswig begonnen werden. Mit einem multiprofessionellen Team aus Ärzten, Psychologen, Sozialpädagogen und Pflegekräften werden die Kinder- und Jugendlichen bei der Bewältigung ihrer seelischen und körperlichen Probleme unterstützt. Dabei setzen Dr. Geremek und sein Team auf einen ganzheitlichen Therapieansatz. Biofeedback, Entspannungstechniken oder nach Wunsch Akupunktur können ergänzend zum Einsatz kommen. Entscheidend bei der Behandlung ist es, rechtzeitig Strategien zu entwickeln, um eine Chronifizierung der Schmerzen zu verhindern.

## KONTAKT

### Helios Klinikum Schleswig

Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie  
und -psychotherapie  
Institutsambulanz  
Friedrich-Ebert-Str. 5  
24837 Schleswig  
Tel.: (04621) 83-1606  
Mo-Do: 7:30-17 Uhr, Fr: 7:30-16 Uhr  
[www.helios-gesundheit.de](http://www.helios-gesundheit.de)