



**Deutsche Schmerzgesellschaft e.V.**



**Seit > 5 Jahren nicht aktualisiert, Leitlinie zur Zeit überarbeitet**

## Patientenversion zur S3-Leitlinie

# Schmerzassessment bei älteren Menschen in der vollstationären Altenhilfe

Schmerzbehandlung ist bei älteren Menschen wichtig, ob dies durch Medikamente oder andere Maßnahmen wie Bewegungstherapie oder Entspannungsübungen geschieht, hängt von der individuellen Situation ab. Damit Sie als Patientin oder Patient entsprechend behandelt werden können, müssen Schmerzen zunächst erkannt werden – denn sie sind keineswegs Teil des Alters.

In den Einrichtungen der Langzeitpflege erfassen Mitarbeitende aus der Pflege und andere Gesundheitsberufe, sowie Ärztinnen und Ärzte Ihre Schmerzen regelhaft. Mitglieder des Arbeitskreises „Schmerz und Alter“ haben aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse in einer Leitlinie zusammengetragen und stellen Ihnen hier aus dieser Leitlinie die zentralen Aspekte vor.

### INDIVIDUELLE PRÄGUNGEN UND ÜBERZEUGUNGEN SIND ZU BEACHTEN

Ihre eigenen Überzeugungen und Erfahrungen spielen eine Rolle, wenn das Pflegepersonal und Ihre ÄrztInnen Sie zu Ihren Schmerzen befragen und Entscheidungen zur weiteren Behandlung treffen. Dabei sollten, z.B. kulturelle, ethnische und spirituelle Überzeugungen berücksichtigt werden.

### AKTUELLER SCHMERZ STEHT IM MITTELPUNKT

Zunächst steht Ihr aktueller Schmerz im Mittelpunkt. Das Pflegepersonal in der Einrichtung soll spätestens 24 Stunden, nachdem Sie dort angekommen sind, mit Ihnen darüber sprechen.

### NOTWENDIGE HILFSMITTEL ANWENDEN

Bei der Einschätzung Ihrer Schmerzen ist es wichtig, dass Sie Ihre Brille oder Ihre Hörgeräte benutzen und ausreichend Zeit für die Fragen zu Ihrem Schmerz zur Verfügung steht.

### STRATEGIEN IM UMGANG MIT SCHMERZ FÖRDERN

Sie lernen, wie Sie Ihre Schmerzstärke einschätzen können. Sie lernen auch gemeinsam mit dem Pflegepersonal und anderen MitarbeiterInnen in der Einrichtung herauszufinden, was Ihnen gut tut und den Schmerz lindern kann. Sie erhalten Unterstützung, die es Ihnen ermöglicht Ihr Behandlungsteam umfassend über Ihren Schmerz zu informieren.

### ANGEHÖRIGE SIND EINZUBEZIEHEN

Insbesondere wenn Ihr Gedächtnis nachgelassen hat, wird das Pflegepersonal Ihre Angehörigen zu Ihrem Schmerzverhalten beim Einzug in die Einrichtung der stationären Altenhilfe befragen.

## SCHMERZEINSCHÄTZUNG SYSTEMATISCH UMSETZEN

Es ist am besten, wenn Sie selbst sagen, wie Sie Ihren Schmerz empfinden. Falls das nicht geht, wird Ihr Verhalten – in Ruhe und bei Aktivität – beobachtet. Pflegende, TherapeutInnen und ÄrztInnen versuchen aus Ihrem Verhalten zu erkennen, ob Ihnen etwas wehtut und bitten Ihre Angehörigen um Mithilfe. Es gibt Fragebögen, um Schmerzen, Bewusstsein und Verständnis einzuschätzen.

## SCHMERZEINSCHÄTZUNG BETRACHTET MEHRERE DIMENSIONEN

Bei der Einschätzung von Schmerzen wird erfasst:

- Wie stark tut es Ihnen weh?
- Wo tut es Ihnen weh?
- Wie lange tut es Ihnen weh?
- Wie fühlt sich der Schmerz an?
- Welche Gefühle stiegen in Ihnen auf, wenn Sie Schmerzen haben?
- Wie reagieren die Menschen um Sie herum auf Ihren Schmerz?
- Wie wirken sich Ihre Schmerzen auf Ihren Alltag aus?

Um diese Fragen zu beantworten sollen Körperskizzen, Karten und Tafeln benutzt werden.

## VERLAUF DER KONTROLLIER- TEN SCHMERZBEHANDLUNG BEOBACHTEN

Wenn Sie akut Schmerzen haben oder eine Verschlechterung Ihrer Schmerzen bemerken, sollen Sie sofort etwas gegen diese Schmerzen erhalten. Sie bekommen einen auf Sie abgestimmten Behandlungsplan. Pflegende, TherapeutInnen und ÄrztInnen tragen alle zu dem Behandlungsplan bei, indem durchgeführte Maßnahmen, die gegen die Schmerzen unternommen werden, eingetragen sind. Dies kann Medikamente und andere Maßnahmen betreffen.

## VERLAUFSERFASSUNG INDIVIDUELL FESTLEGEN

Es muss immer wieder erfasst werden, ob Ihre Schmerzen gleich geblieben sind oder sich verändert haben. Wie oft Sie gebeten werden, etwas zu Ihren Schmerzen zu sagen, hängt davon ab, wie es ihnen geht und woher die Schmerzen kommen.

Bitte denken Sie daran, Schmerzen im Alter müssen erkannt werden, damit sie behandelt werden können. Dazu werden die Mitarbeitenden in den Einrichtungen der Langzeitpflege durch eine gezielte Schmerzeinschätzung (Schmerzassessment) und der Zusammenarbeit mit Ihnen oder Ihren Angehörigen beitragen.

Arbeitskreis „Schmerz und Alter“  
Deutsche Schmerzgesellschaft e. V.  
Bundesgeschäftsstelle  
Alt-Moabit 101 b  
10559 Berlin  
Telefon: +49 30 39409689-0  
Telefax: +49 30 39409689-9  
E-Mail: info@dgss.org

**BITTE BEACHTEN SIE:** Diese Informationen sind nicht dazu bestimmt eine Diagnose zu gesundheitlichen Problemen, pflegerischer oder medizinischer Behandlung zu ersetzen. Wenden Sie sich bei akuten Fragen oder Problemen zu Ihren Medikamenten, Symptomen und Gesundheitsproblemen daher immer an Ihre Ärztin oder Ihren Arzt oder Mitarbeitende der Gesundheitsfachberufe.

Die Originalleitlinie können Sie kostenfrei unter der folgenden Adresse im Internet finden:  
<https://www.awmf.org/leitlinien/detail/ll/145-001.html>

*Die Mitglieder des Arbeitskreis „Schmerz und Alter“ bedanken sich bei den überwiegend ehrenamtlich tätigen Entwicklerinnen und Entwicklern der Leitlinie. Die Leitlinie erhielt finanzielle Unterstützung durch das Deutsche Zentrum für Neurodegenerative Erkrankungen (DZNE), Witten; die Deutsche Schmerzgesellschaft e. V. und die Deutsche Gesellschaft für Geriatrie e. V.*