

### ① Lokalisation Algesiometrie Intensität Schwankungen individuell Qualität

Die  (Schmerzmessung) beschäftigt sich mit der objektiven und subjektiven Erfassung von Schmerz. Die Schmerzempfindung ist  und u.a. tages- und biorhythmischen  unterworfen. Innerhalb des Schmerzmanagement hat es sich deshalb bewährt, den Patienten seinen Schmerz selbst beurteilen zu lassen. Erfasst werden soll hier u.a. die ,  und .



Bei der Erfassung des Schmerzes Ihres Patienten, werden auch immer schmerzarme/-freie Intervalle und schmerzlindernde Faktoren dokumentiert.



Schmerz ist eine komplexe Sinnesempfindung, die von Nozizeptoren (Schmerzrezeptoren) des peripheren Nervensystems ausgelöst wird. Das ZNS verarbeitet diese Info und interpretiert sie. Dabei bestehen enge Wechselwirkungen zwischen Schmerzwahrnehmung und Psyche.

| akuter Schmerz                                                                                                                                                                                                                                                | chronischer Schmerz                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Warnsignal des Körpers</li> <li>- Ursache versuchen ausfindig zu machen und zu beheben</li> <li>- auf Entzündungszeichen achten</li> <li>- je nach Intensität und Erlebnis, sowie Verarbeitung Trauma mgl</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- länger als 6 Monate</li> <li>- aber auch regelmäßig wiederkehrender Schmerz (z.B. Migräne) mit einer Häufigkeit von 15 Tagen und mehr im Monat</li> <li>- der Schmerz besteht oft losgelöst von seiner eigentlichen Ursache (Signalwirkung verloren)</li> <li>- hohe psychische Belastung</li> </ul> <p>Folgen: körperliche und seelische Belastung vermindert, Depressionen, Arbeitsunfähigkeit, Schlafstörungen</p> |



Entzündungszeichen:  
functio laesa  
Dolor  
Calor  
Tumor  
Rubor

② Recherieren Sie die Bestandteile der PECH Regel zur Akutversorgung bei (Muskel-, Gelenks-) Verletzung



РЕСН

[illegible]



**Übersicht 1.19: Schmerzempfindungsskala nach Diday****Schmerzbeginn:**

- Wann hatten Sie erstmals Schmerzen?
- Was hat die Schmerzen ausgelöst?
- Traten die Schmerzen akut auf oder nahmen sie langsam zu?

**Schmerzintensität:**

- Wie stark sind Ihre Schmerzen?  
Gering (beunruhigend)  
Mild (unbequem)  
Mittelmäßig (quälend)  
Stark (heftig)  
Unerträglich (folternd)

**Schmerzqualität:**

- Wie äußern sich Ihre Schmerzen?  
Brennend (heiß)  
Scharf (stechend)  
Stumpf (dumpf)  
Durchdringend (penetrant)  
Peinigend (bohrend)  
Krampfartig (nagend)  
Pulsierend (klopfend)  
Reizausübend (prickelnd/kribbelnd)

**Schmerzlokalisierung:**

- Wo haben Sie Schmerzen? Zeigen Sie auf den/die schmerzhaftesten Punkt(e):
- Sind Ihre Schmerzen:  
Lokal begrenzt?  
An mehreren Stellen?  
Ausstrahlend?

**Anwesenheit des Schmerzes:**

- Konstant
- Intermittierend

**Zeitpunkt des Auftretens des Schmerzes/Einflussfaktoren:**

- Wann treten Ihre Schmerzen auf?  
Tagsüber  
Nachts  
Morgens
- Wann nehmen Ihre Schmerzen zu?  
Tagsüber  
Nachts  
Morgens
- Wann lassen Ihre Schmerzen nach?  
In Ruhe  
Bei Bewegung (aktiv/passiv)  
Bei Belastung
- Wann nehmen Ihre Schmerzen zu?  
In Ruhe  
Bei Bewegung (aktiv/passiv)  
Bei Belastung

**Schmerztherapie:**

- Wie lindern Sie Ihre Schmerzen?
- Welche(s) (Schmerz-)Mittel nehmen Sie?
- Welche Unterstützung (Ratschläge usw.) erhalten Sie von Ihren direkten Angehörigen bzw. Bezugspersonen?