

06

Behandlungskonzept
**Komplexes Regionales
Schmerzsyndrom (CRPS) Typ I
oder Morbus Sudeck**



**Schmerztherapiezentrum
Bad Mergentheim**
Fachklinik für Spezielle Schmerztherapie
und Schmerzpsychotherapie

Komplexes Regionales Schmerzsyndrom (CRPS) Typ I oder Morbus Sudeck

Das Komplexe Regionale Schmerzsyndrom ist eine schwere Schmerzerkrankung, die häufig zu anhaltenden Schmerzen und Behinderungen führt. Sie bedarf frühzeitig einer qualifizierten Behandlung des Gesamtkomplexes. Das Schmerztherapiezentrum Bad Mergentheim hat sich auf die Behandlung des Morbus Sudeck spezialisiert (**Kompetenzzentrum für CRPS**). Sie können hier eine multimodale, d.h. aus mehreren Ansätzen bestehende stationäre Therapie im Rahmen einer **Krankenhaus- oder Rehabilitationsbehandlung durchführen**.

Das CRPS (Complexes Regionales Schmerzsyndrom) Typ I – früher Morbus Sudeck genannt – wurde erstmals um 1900 von Herrn Prof. Paul Sudeck, einem in Hamburg tätigen Chirurgen, systematisch beschrieben und erforscht. Es entspricht einer Fehlreaktion des Körpers auf ein körperliches Trauma. Dabei hängt die Schwere des CRPS nicht von der Stärke des Traumas ab. Am häufigsten sind Brüche der Speiche (einer der Unterarmknochen) Auslöser für ein CRPS. Es kann aber ebenso gut durch andere Knochenbrüche, teilweise sogar durch kleine Verstauchungen oder Verletzungen ausgelöst werden.

Der Name Komplexes Regionales Schmerzsyndrom weist auf die entscheidenden Merkmale der Erkrankung hin: Die Komplexität bezieht sich darauf, dass alle drei Teile des Nervensystems (das sensible, das motorische und das vegetative System) betroffen sind. Das Kriterium „Regional“ bezieht sich darauf, dass meist ganze Regionen wie Hand plus Handgelenk und Unterarm betroffen sind. In aller Regel sind die Hände/Füße mit betroffen, auch wenn die Ursache z.B. am Unterarm/Unterschenkel liegt.

Man unterscheidet das CRPS Typ I (ohne Nervenschaden) vom Typ II (mit Nervenschaden).

Der klassische **Verlauf** beginnt mit einer starken Schwellung, einer rötlich-violetten Verfärbung, Überwärmung, starkem Schwitzen und Schmerzen (entzündliches Stadium). Meist nimmt die Schwellung über die nächsten Wochen wieder ab und die Temperatur neigt eher zu Kälte. Die meist von Anfang an bestehenden Bewegungseinschränkungen von Fingern und Handgelenken (bzw. Zehen und Sprunggelenken) können sich verfestigen und es stellt sich so das sogenannte dystrophische Stadium ein. In ungünstig verlaufenden Fällen können sich die Muskeln zurückbilden und andere kaum mehr korrigierbare Störungen eintreten (atrophisches Stadium). Eine weitere ungünstige Entwicklung ist das Auftreten von starken Schmerzen, die häufig brennenden Charakter haben und mit einer Berührungsempfindlichkeit einhergehen können.

Der Verlauf ist individuell sehr unterschiedlich, aber in über 60% der Fälle bleiben erhebliche Behinderungen zurück. Die ersten Monate nach Auftreten der Erkrankung versprechen die besten Heilungschancen und sollten daher vorrangig für eine stationäre Therapie genutzt werden.

Das Schmerztherapiezentrum Bad Mergentheim hat sich auf die multimodale stationäre Behandlung des CRPS spezialisiert. Dabei werden schulmedizinische und naturheilkundliche Verfahren in Abstimmung mit Ihnen zu Ihrem persönlichen Therapiekonzept kombiniert.

Physiotherapie

Das vorrangige Ziel der krankengymnastischen Behandlung ist es, das Bewegungsausmaß, die Muskelkraft und die Koordination des betroffenen Armes oder Beines wiederherzustellen. Dabei können verschiedene physiotherapeutische Techniken wie **Manuelle Therapie, PNF¹, Craniosakraltherapie, Funktionale Integration, Qi Gong** und **Feldenkraisarbeit** zur Anwendung kommen.

Lymphdrainagen sind besonders wichtig, wenn noch Ödeme bestehen.

Ein wichtiger Bestandteil der Krankengymnastik ist die Vermittlung von Übungen, die von Ihnen selbstständig durchgeführt werden können. Das Erlernen von **Zilgrei-Übungen²** kann hier zur Schmerzlinderung und Entspannung sehr hilfreich sein.

Physikalische Anwendungen

In vielen Fällen zeigt die **Sphinx-Therapie³** gute Erfolge, da sie sowohl auf die Durchblutung als auch auf die Schmerzen und den Zellstoffwechsel Einfluss nimmt. Diese hocheffektive Behandlungsform wird über ein komplexes Computerprogramm gesteuert und hat einen stark entgiftenden Effekt.

Zudem haben sich auch **Hochton-Behandlungen⁴** und die Anwendungen von **pulsierenden Magnetfeldern** bewährt. Die Durchführung von **Teilbädern mit Kohlendioxid oder Meersalz** ist besonders im akuten Stadium indiziert.

Ergotherapie

Oft sind die Gelenke und die Feinmotorik erheblich eingeschränkt. Die Ergotherapie eröffnet über Techniken wie **mobilisierende und entspannende Massagen, Gefühls- und Kräftigungsübungen, geschicklichkeitsfördernde Spiele** und **handwerkliches Gestalten** die Möglichkeit, Beweglichkeit, Kraft, Ausdauer und Feinmotorik zu verbessern.

Im Rahmen eines **Desensibilisierungstrainings** kann die schmerzhaftige Überempfindlichkeit der Haut mit speziellen Anwendungen gelindert werden. Über die sogenannte **Spiegeltherapie** können oft erstaunliche Erfolge in Bezug auf die Schmerzen und die Beweglichkeit erzielt werden.

Das vorrangige Augenmerk der Ergotherapie ist es dabei, die im Alltag notwendigen Bewegungen und Verrichtungen zu üben. Der Einsatz von **Hilfsmitteln** kann ausprobiert und geübt werden.

¹ Propriozeptive neuromuskuläre Fazilitation: Stimulierung der Druck- und Dehnungsrezeptoren in Muskeln

² Weitere Informationen unter www.zilgrei.de/vu/

³ Mehr Informationen unter www.healing-sphinx.com

⁴ Weitere Informationen unter www.gesundheits-lexikon.com/Physikalische-Therapie/Hochton-Therapie/

Ärztliche Behandlungen

Die ärztlichen Behandlungen sind primär auf eine Schmerzlinde- rung, Verbesserung der Stoffwechsellage und Unterstützung der Ergo- und Physiotherapie ausgerichtet. **Akupunktur, Infusionen** und **schmerzlindernde Medikamente** werden dabei häufig eingesetzt. Bei starken Schmerzen ist oft eine Kombination der Methoden notwendig.

Gerade in den ersten Monaten ist die Betäubung des Stressnervensystems (**Sympathikusblockaden**) gut gegen den Schmerz und wirkt oft positiv auf den Heilungsverlauf (z.B. Stellatum- blockaden⁵ für den Kopf und den Arm).

Der Einsatz von Nervenblockaden und Schmerzkathetern wird zu- nehmend zurückhaltend beurteilt.

Schmerzkatheter sind sehr dünne Kunststoffschläuche, über die mehrfach täglich ein verdünntes Lokalanästhetikum (örtliches Betäubungsmittel) an die entsprechenden Nervenstämme einge- spritzt wird. Damit werden eine Muskelentspannung, Mehrdurch- blutung und eine Förderung des Stoffwechsels erreicht, die die physiotherapeutischen Behandlungen unterstützen und den Hei- lungsverlauf fördern können. Andererseits kann es in einigen Fällen auch zu einer Begünstigung der zentralnervösen Umbau- prozesse mit einer Fixierung der Krankheit kommen. Auch weisen neuere Studienergebnisse darauf hin, dass eine physio- und ergo- therapeutische Beübung ohne Blockierung der Schmerzleit- bahnen meistens ähnlich gute Ergebnisse erbringen kann wie unter einem Schmerzkatheter.

Die Möglichkeiten der ärztlichen Behandlungen sind bei Kran- kenhausbehandlungen deutlich besser als bei Rehabilitations- behandlungen.

Naturheilkundliche Therapien

Unsere Klinik bietet Ihnen neben dem kompletten schulmedizi- nischen Angebot auch eine kompetente naturheilkundliche Be- handlung.

Das vorrangige Grundprinzip der Naturheilkunde, die Heilungs- und Selbstregulationsfähigkeit des Körpers zu stärken, steht bei uns im Vordergrund.

Dabei werden verschiedenste naturheilkundliche Behandlungen von der **Akupunktur** und **Neuraltherapie** bis hin zur **Hypnose** und **Meditation** genutzt. Auch **naturheilkundliche Schmerz- mittel** stehen bei entsprechender Indikation zur Verfügung.

Die Regulationsfähigkeit des Körpers, d.h. die Fähigkeit des Kör- pers, auf Heilungsreize sinnvoll zu reagieren, kann durch **Auslei- tungstherapien**, **Regulation des Säure-Basen-Haushaltes**, **Be- handlung von Störfeldern**⁶, **Sphinx-Therapie**⁷ und **Fastenkuren** verbessert werden.



Schmerzpsychologische Angebote

Häufig kommt es durch das unerwartete und plötzliche Auftreten eines CRPS zu erheblichen Schwierigkeiten, die Erkrankung zu akzeptieren und mit ihr bestmöglich umzugehen. Die mit der Er- krankung und der oft damit verbundenen Odyssee einhergehen- den Stressbelastungen unterhalten aber ihrerseits die Sudeck- Erkrankung, die insbesondere am Anfang stark vom Stress- nervensystem verstärkt und aufrechterhalten wird.

Neben einer guten körperlichen Behandlung und Aufklärung über die Erkrankung ist daher oft das Praktizieren von **Entspannungs- übungen** (Progressive Muskelentspannung nach Jacobson, Auto- genes Training, Phantasiereisen, Übungen aus der Atemschule oder Qi Gong) hilfreich.

In psychologischen **Einzelgesprächen** und **Schmerzbewälti- gungsgruppen** können mit der Krankheit verknüpfte Belastungs- faktoren angesprochen und entsprechende Strategien zur Ver- besserung entwickelt werden.

Auch schon vorbestehende Erkrankungen (sogenannte Komorbi- ditäten) wie Depressionen, Ängste und Burnout können in diesem Rahmen mit behandelt werden.

Häufig ist das Arbeiten mit einem **Biofeedback-Gerät** sinnvoll. Hierbei wird über einen Computer z.B. die Hauttemperatur rück- gemeldet. So können Sie lernen, Ihre Durchblutung bewusst zu beeinflussen.

Hypnose und **Selbsthypnose** können sowohl die Schmerzen lin- dern als auch die Heilungsprozesse unterstützen.

⁵ Blockade des Ganglion stellatum (Nervenknoten des vegetativen Nervensystems)

⁶ Störfelder sind z.B. chronische Entzündungsherde oder Narben, die die gesamte Körperregulation beeinträchtigen.

⁷ Mehr Informationen unter www.healing-sphinx.com

Gemeinsam gegen den Schmerz!

Sozialdienst-Beratung

Häufig treten durch die Erkrankung Fragen bezüglich einer längeren Arbeitsunfähigkeit, aber auch zur Erwerbsunfähigkeit oder zur Beantragung eines Schwerbehindertenausweises auf. Unsere Sozialdienst-Mitarbeiterin informiert und unterstützt Sie gerne.

Vermittlung von Selbstkompetenz

Ein sehr wichtiges Ziel der Behandlung ist die **umfassende Information über das Krankheitsbild** und die sinnvollen Therapien sowie die **Vermittlung eines Selbstübungsprogramms**. Dieses ermöglicht Ihnen, die Weiterbehandlung als mündige(r) und kompetente(r) Partner/-in mit Ihrem Therapeuten zu gestalten und selbst zu Ihrer Genesung weiter beizutragen.

Fächerübergreifende Zusammenarbeit

Die enge Zusammenarbeit aller Behandler und des Pflorgeteams ist Grundlage für das Gelingen der Therapie. Der Verlauf der Behandlung und das weitere Vorgehen werden bei den mindestens **zweimal wöchentlich stattfindenden Visiten** und bei den **wöchentlichen interdisziplinären Teamsitzungen** abgestimmt.

Die Behandlung basiert immer auf den folgenden Grundsätzen:

- Gemeinsam formulierte Ziele bestimmen die Ausrichtung der Behandlung.
- Sie als Patient/-in werden in die Behandlungsentscheidungen mit eingebunden.
- Wir als Therapeuten und Sie als Patient/-in sind gemeinsam für das Gelingen der Behandlung verantwortlich.
- Wir leisten Hilfe zur Selbsthilfe.

Wir wünschen Ihnen, dass Ihr CRPS am Ende der Behandlung ausgeheilt ist oder Sie zumindest

- deutlich weniger Schmerzen haben
- wieder eine gute Beweglichkeit haben
- Ihr Leben in allen Bereichen besser handhaben können
- ein besseres Verhältnis zu Ihrem Körper gefunden haben
- viel über Ihre Erkrankung und chronische Schmerzdynamiken gelernt haben
- hilfreiche Übungen für zu Hause erlernt haben
- besser mit den verbleibenden Schmerzen und Einschränkungen umgehen können und
- mehr Freude am Leben haben



Schmerztherapiezentrum Bad Mergentheim

Fachklinik für Spezielle Schmerztherapie
und Schmerzpsychotherapie

Schönbornstr. 10 · 97980 Bad Mergentheim
Tel.: 07931 5493-44 · Fax: 07931 5493-50

Kostenlose Beratungs-Hotline: 0800 1983 198
E-Mail: schmerzlinik@schmerzlinik.com

www.schmerzlinik.com