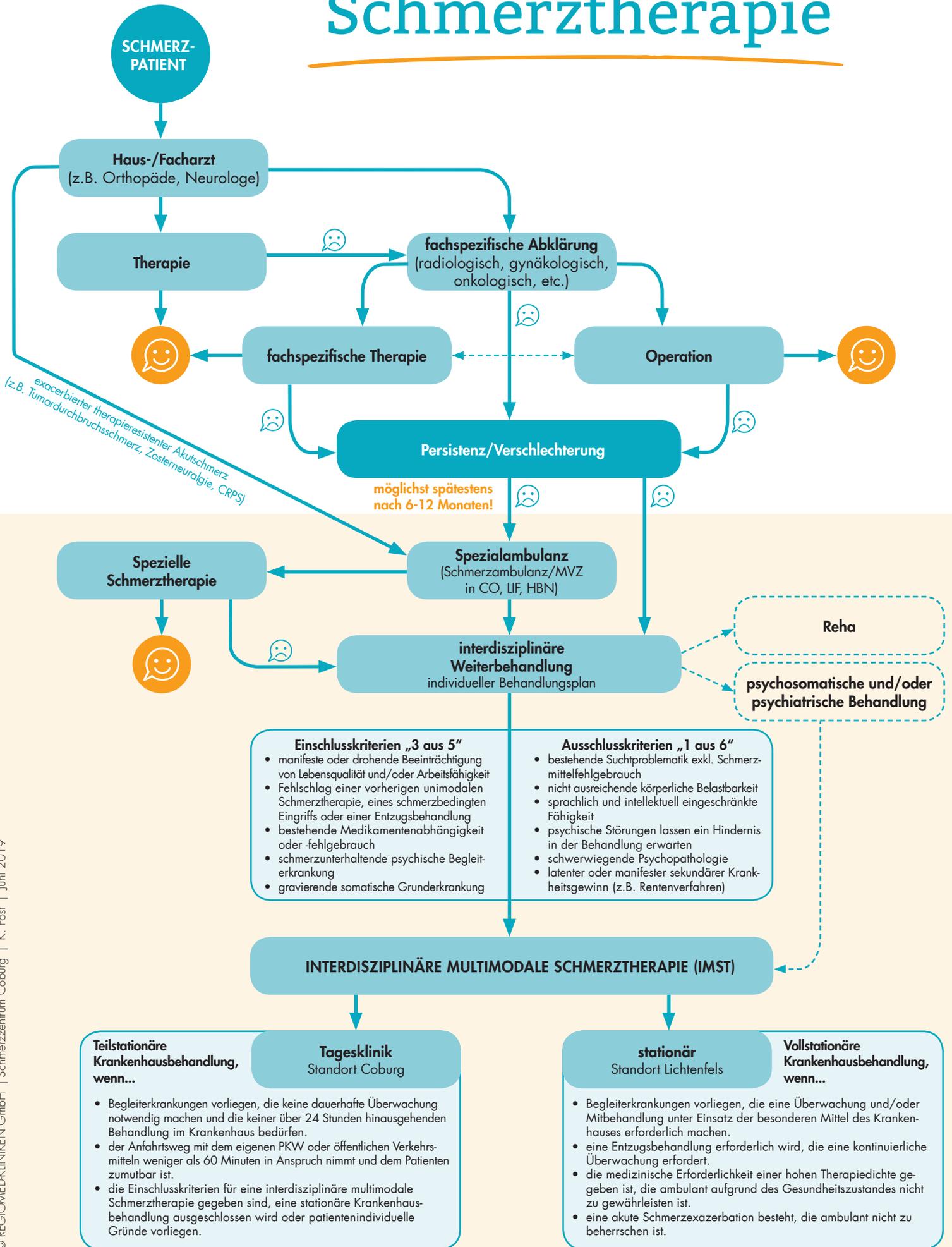


# Der Weg in die Schmerztherapie



## Hinweise für eine Schmerzchronifizierung

---



- mehr als sechs Wochen bestehende/wiederholte Arbeitsunfähigkeit
- Probleme am Arbeitsplatz
- Fehlschlag bisheriger konservativer Therapie
- „Ärzte-Hopping“
- dysfunktionale Schmerzbewältigung: Vermeidungsverhalten, Katastrophisieren, Durchhalte-Strategien
- seelische Veränderungen: depressive Stimmung, Angst
- schmerzbedingte Verminderung sozialer Kontakte, Rückzug
- Schmerz als Beschwerde mit eigenständigem Krankheitswert (unspezifische Diagnosen)

## Chronische Schmerzstörung mit somatischen und psychischen Faktoren (F45.41)

---

- mindestens seit sechs Monaten bestehende Schmerzen in einer oder mehreren Körperregionen
- Auslöser muss ein physiologischer Prozess oder eine körperliche Störung sein
- Ausschluss von absichtlich erzeugtem Schmerz, Simulation, Schmerz ausschließlich im Rahmen einer affektiven Angst-, Somatisierungs- oder psychischen Störung
- psychische und Verhaltensfaktoren mit wesentlicher Bedeutung für Schweregrad, Aufrechterhaltung oder Exacerbation
  - Stress und Belastungssituationen
  - Verhalten aufgrund schmerzbezogener Angst (Schon-/Fehlhaltung etc.)
  - maladaptive Kognitionen (Durchhalteappelle, Grübeln, Katastrophisieren)
  - familiäre, soziale und existenzielle Konsequenzen (sozialer Rückzug, AU etc.)