

## Schmerzen bei Krebs

erstellt am 28.06.2024

Schmerzen sind eine gefürchtete Folge von Krebserkrankungen und Krebstherapien. Die moderne Medizin kann sehr viel gegen Schmerzen tun. Dabei ist es wichtig, dass Patienten und Ärzte eng zusammenarbeiten. Wie Sie selber dazu beitragen können, erfahren Sie in diesem [Webinar](#).

### Wodurch können Schmerzen bei Krebs ausgelöst werden?

Am häufigsten werden die Schmerzen durch den Tumor selbst hervorgerufen. Dadurch, dass er sich ausdehnt, Gewebe verdrängt und auf Nerven drückt. Weiterhin gibt es Schmerzen, die durch die Behandlung des Tumors (z.B. OP-Schmerz) oder auch durch Begleiterkrankungen ausgelöst werden können.

### Ansätze der Schmerztherapie

Ansätze der Schmerztherapie kommen aus verschiedenen Fachrichtungen. Am besten ist es, wenn verschiedene Ansätze kombiniert werden:



### Schmerz messbar machen

Es gibt unterschiedliche Skalen, die dabei helfen die Schmerzstärke zu einzuschätzen. Beispielsweise die Schmerzskala, bei der Sie eine Zahl von 1-10 angeben oder auch die Smiley-Skala, bei der Sie mithilfe von Smileys Ihr Empfinden ausdrücken.

**Wichtig:** Schmerz ist etwas Individuelles und wird deshalb unterschiedlich wahrgenommen und ausgedrückt. Sprechen Sie an, wenn Sie Schmerzen haben und lassen Sie sich sie nicht absprechen.

## Schmerzstillende Medikamente

- **Leichter Schmerz:** Novaminsulfon/ Paracetamol/ Ibuprofen etc.
- **Mittlerer Schmerz:** Novaminsulfon/ Paracetamol/ Ibuprofen etc. regelmäßig und Opiate mit geringer Wirkstärke wie Tramadol oder Valoron zusätzlich regelmäßig
- **Starker Schmerz:** Novaminsulfon/ Paracetamol /Ibuprofen etc. regelmäßig und starke Opiate (Morphin etc.) zusätzlich regelmäßig

Wenn Schmerzen häufiger auftreten oder immer da sind, ist es wichtig die Medikamente regelmäßig einzunehmen und nicht erst dann, wenn die Schmerzen fast nicht mehr aushaltbar sind. Auch wenn man sie nur bei Bedarf einnimmt, sollte man nicht zu lange warten, denn es dauert etwas, bis die Wirkung kommt und der Schmerz ist für den Körper und die Seele ein starker Stressfaktor, der viel Kraft kostet. Die schmerzstillenden Medikamente sollten individuell abgestimmt sein. Bei den Opiaten muss man mit einer niedrigen Dosis anfangen und langsam steigern, damit der Körper sich dran gewöhnt. Vor einer seelischen Abhängigkeit müssen Schmerzpatienten keine Angst haben, Opiate dürfen aber nicht plötzlich weggelassen werden.

Wenn der Schmerz eigentlich gut eingestellt ist, es aber z.B. bei Belastungen trotzdem zu Schmerzen kommt, dann sollten Patienten zusätzlich ein schnell wirksames Präparat einsetzen.

Manchmal setzen Ärzte auch weitere Medikamente ein, um Schmerzen zu lindern. Wirksam sind oft auch Substanzen aus dem Bereich der Psychopharmaka.

Vielfach entdecken Patienten, was ihnen selber hilft: Wärme oder Kälte, Wickel oder Umschläge, Aromatherapie oder Entspannungsverfahren, Musik oder Ruhe, ...

Leider haben Schmerzmittel auch Nebenwirkungen. Z.B. können Ibuprofen und Diclofenac die Magenschleimhaut angreifen oder langfristig der Niere schaden, Paracetamol kann die Leber schädigen und Novaminsulfon in seltenen Fällen die weißen Blutkörperchen. Deshalb ist es wichtig, dass Ärzte - auch der Hausarzt - Bescheid wissen und die Blutwerte überwachen und ggf. Magenschutzmittel verordnen.

Opiate machen anfangs müde, v.a. wenn zu schnell eine höhere Dosis eingesetzt wird. Auch deshalb ist es besser, mit Opiaten bei Tumorschmerzen früher und langsam anzufangen, aber rechtzeitig auf die stärker wirksamen zu wechseln. Die Müdigkeit verschwindet bei regelmäßiger Einnahme fast immer und dann ist sogar Autofahren erlaubt. Opiate können anfangs auch Übelkeit machen – auch sie verschwindet meist. Ggf. muss man das Opiat einmal wechseln, denn die Verträglichkeit ist individuell unterschiedlich. Eine Nebenwirkung der Opiate bleibt meist auch längerfristig bestehen: Verstopfung, sodass oft ein leichtes Abführmittel notwendig ist.

## Fazit

Es gibt viele Möglichkeiten, Schmerzen zu lindern. Besprechen Sie am besten mit Ihrem behandelnden Arzt, welche medizinischen Maßnahmen ergriffen werden können und was Sie selbst beeinflussen können. Bei der Anpassung der Schmerzmedikation kann es einige Zeit dauern, bis die optimale Dosis gefunden ist. Sie können diesen Prozess unterstützen, indem Sie Ihrem Arzt regelmäßig Rückmeldung über Veränderungen in der Schmerzstärke oder der Art der Schmerzen geben. Schmerzmittel können Nebenwirkungen haben, aber auch gegen diese können gezielte Maßnahmen ergriffen werden.

Finden Sie heraus, was Ihnen guttut: Wärme, Kälte, Entspannung, Bewegung, ... Wenn es sich um Schmerzen im Magen- oder Darmtrakt handelt, dann kann auch eine Anpassung der Ernährung helfen.

Wenn Sie Heilpflanzen nutzen wollen, ist es wichtig, dass Sie das mit Ihrem Arzt oder Apotheker absprechen, um Wechselwirkungen mit den Medikamenten zu vermeiden.

Wichtig ist: Schmerzen bei Krebs sollte man nicht aushalten, sondern immer gut behandeln, sodass man seine Lebenszeit möglichst ohne Schmerzen genießen kann.

Weitere Informationen erhalten Sie in den Webinaren „[Nebenwirkungen der Tumortherapie und ihre Behandlung](#)“, „[Pflanzenheilkunde bei Krebs](#)“, „[Komplementäre oder Alternative Medizin](#)“ und „[Sport und körperliche Aktivität](#)“.

*Dies ist eine Zusammenfassung des Webinars „Schmerzen bei Krebs“ aus der Webinar-Serie der Stiftung Perspektiven. Das aktuelle Programm finden Sie auf der Stiftungs-Website im [Vortrags- und Veranstaltungsportal](#).*

Vielen Dank für die finanzielle  
Unterstützung der Online-Vorträge an: