

Das Wohnstift hat nun auch Schmerzexperten

Trotz einer breiten Palette an effektiven Schmerzmedikamenten und der Veröffentlichung des Nationalen Expertenstandards »Schmerzmanagement in der Pflege« leiden immer noch viele pflegebedürftige und kranke Menschen unter Schmerzen. Um den Bewohnern des St. Elisabeth einen möglichst schmerzfreien Lebensabend zu ermöglichen, nahmen sechs Mitarbeiter an der Fortbildung zur »Pain Nurse« teil.

Älter werden ist keine Krankheit, sondern ein ganz normaler Vorgang. Da unser Körper im Laufe der Jahre viel beansprucht wird, unzählige Kilometer zurücklegt und so manches Kilo tragen muss, treten vor allem Abbau- und Verschleißerscheinungen des Bewegungsapparates auf.

Schmerzen sind häufig allgegenwärtig

Sie äußern sich in Form von Rückenleiden, Gelenkerkrankungen wie Arthrose oder Arthritis sowie Knochenschwund (Osteoporose) und

verursachen häufig starke chronische Schmerzen, also Schmerzen, die monate- oder jahrelang immer wieder auftreten oder ständig vorhanden sind.

Besonders ältere Menschen halten diese Schmerzen mitunter stillschweigend aus, denn nach wie vor besteht der Mythos, Schmerz gehöre zum Altern wie das Ergrauen der Haare. Doch das ist ein Irrtum: Alter und Schmerz gehören nicht zusammen! Die Lebenserwartung wächst, und dadurch verschiebt sich nicht nur die Altersstruktur zugunsten der älteren Menschen, sondern auch die Le-

bensqualität im Alter gewinnt eine immer größere Bedeutung.

Das Aufgabenprofil der »Pain Nurse«

Der Begriff »Pain Nurse« bedeutet wörtlich übersetzt »Schmerz-Schwester«. Eine zur Pain Nurse fortgebildete Pflegefachkraft ist qualifiziert, Betroffene aller Altersgruppen mit akuten oder chronischen Schmerzen zu betreuen. Die Rollen und Aufgaben sind abhängig vom jeweiligen Beschäftigungsfeld. Im Krankenhaus liegen die Aufgabenschwerpunkte anders als in Seniorenwohnstiften oder in der ambulanten Pflege.

Anzeichen von Schmerzen wahrnehmen, messen und professionell behandeln - das sind die Kernkompetenzen einer Pain Nurse. Die examinierte Altenpflegerin Denise Stenger berichtet davon, wie die Qualifikation ihren Arbeitstag verändert und warum ihr Wissen nicht nur dem Patienten dient: »Seither bin ich viel aufmerksamer und sensibler, wenn ich mit Bewohnern umgehe und überle-



Auf einer Schmerzskala von 0 (keine Schmerzen) bis 10 (sehr große Schmerzen) können Bewohner ihren Schmerzgrad bestimmen. Der Schmerzgrad ist ein wichtiger Hinweis für die Beurteilung der Schmerzmedikation.

ge eher einmal, ob eine Verhaltensauffälligkeit auch von Schmerzen kommen könnte.«

Schmerzen erkennen

»Auf einer Skala von null bis zehn - wo ordnen Sie Ihre Schmerzen ein?«, fragt Daniel Wenzel, examinierter Altenpfleger und Stationsleiter im Pflegewohnbereich 4, die Bewohnerin. Vier Finger hebt die betagte Dame in die Höhe.

Vor allem Belastungen beim Gehen oder Aufstehen werden als schmerzhaft beschrieben, oft wird über Schmerzen in den Beinen geklagt. Viele der selbstauskunftsfähigen Bewohner geben an, selbst im Ruhezustand Schmerzen zu haben und häufig bestand der

Schmerz zudem seit über einem Jahr. Ein fundiertes Schmerzmanagement wird nicht nur in den Akutkrankenhäusern, sondern auch in der stationären Altenhilfe immer wichtiger.

Probleme besonders bei Menschen mit Demenz

Gerade in Senioreneinrichtungen kann nicht davon ausgegangen werden, dass alle an Schmerz leidenden Bewohner diese Empfindung unmittelbar äußern können, da der Anteil demenzkranker Bewohner seit Jahren zunimmt. Instrumente zur Fremdeinschätzung des Schmerzes werden deshalb regelmäßig genutzt, zum Beispiel die BESD-Skala zur Beurteilung von Schmerzen bei Demenz. Sie basieren auf strukturierter

Bewohnerbeobachtung durch Pflegekräfte. Das Ergebnis muss dann mit dem jeweiligen Hausarzt besprochen werden, so dass gemeinsam situationsgerechte Maßnahmen eingeleitet werden können. Für eine vernünftige Therapie muss die Handlungsfähigkeit der Pflegenden gewährleistet sein. Das heißt, eine schriftliche ärztliche Anweisung muss vorliegen und Bedarfsmedikamente müssen verordnet sein. Im Senioren-Wohnstift St. Elisabeth werden die frischgebackenen Pain Nurses zukünftig noch besser dafür sorgen, dass Schmerzen erkannt und behandelt werden und dadurch die Lebensqualität unserer Bewohner deutlich erhöhen.



Das sind die neuen »Pain Nurses« des Senioren-Wohnstifts St. Elisabeth (von links): Daniel Wenzel, Tamara Wierich, Diana Poltrock, Denise Stenger, Laura Roth und Pflegedienstleiterin Ulrike Schickling. Das Team hat sich fortgebildet, um Schmerzen von Bewohnern besser zu erkennen.