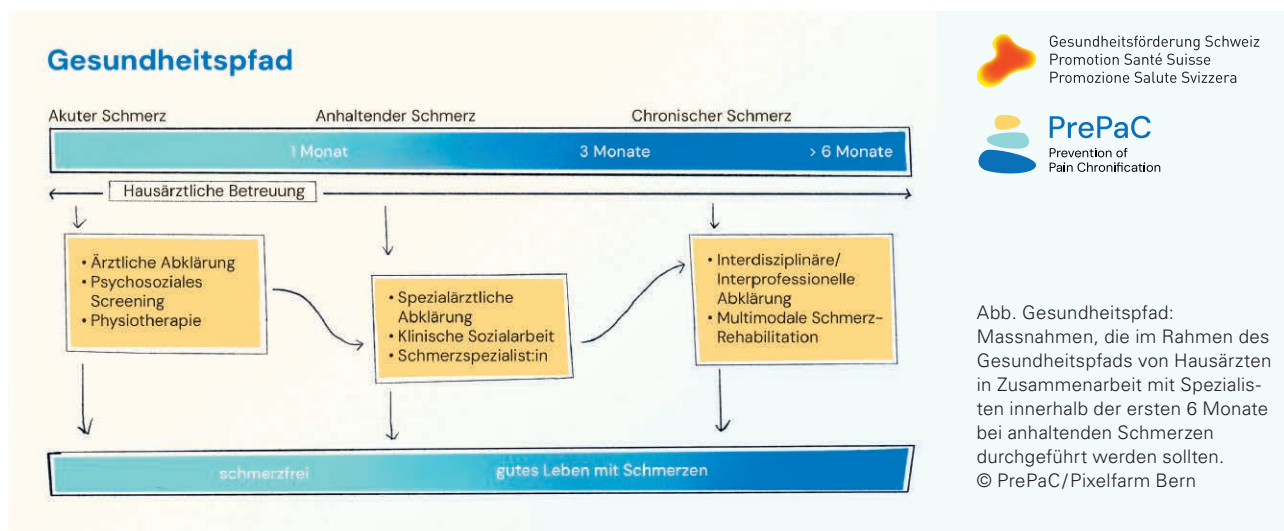


# Wie kann Prävention chronischer Schmerzen aussehen?



Chronische Schmerzen gehen mit Veränderungen im zentralen Nervensystem einher, die den Charakter einer eigenständigen Erkrankung aufweisen. Daher wurden sie in die neue internationale Klassifizierung für Erkrankungen ICD-11 aufgenommen. Das biopsychosoziale Schmerzmodell bildet die Grundlage für Behandlung und Prävention dieser Erkrankung. Gemäss diesem Modell beeinflussen neben biologischen gleichermassen auch psychische und soziale Faktoren die Entwicklung von chronischen Schmerzen.

In Zusammenarbeit mit der Projektförderung Prävention in der Gesundheitsversorgung von Gesundheitsförderung Schweiz führt das Inselspital Bern seit 2023 das Projekt Prevention of Pain Chronification (PrePaC) durch ([www.prepac.ch](http://www.prepac.ch)). Dieses Projekt hat am Inselspital die Umsetzung eines Gesundheitspfades initiiert, der mit einfachen Screening-Fragebögen früh ermöglicht, psychosoziale Risikofaktoren für chronische Schmerzen bei Patient:innen mit anhaltenden Schmerzen zu erkennen und in die Behandlung mit einzubeziehen. Im Sinne des biopsychosozialen Modells ist neben ärztlichen, physiotherapeutischen und psychologischen Massnahmen auch die Klinische Soziale Arbeit essentieller Bestandteil der Behandlung. Eine interdisziplinäre Abklärung und Indikationsstellung für eine multimodale Schmerztherapie ist spätestens nach drei Monaten anhaltender Schmerzen vorgesehen.

Das Projekt PrePaC koordiniert und integriert diese Leistungen bereits beim Erkennen von Risikofaktoren für eine Schmerzchronifizierung. Dabei ermöglicht der systematische Einbezug von Menschen mit Schmerzerfahrung die Entwicklung von Angeboten, die direkt an die Lebenswelt der Betroffenen anknüpfen.

Auf gesellschaftlicher Ebene soll ein Bewusstsein für Schmerzchronifizierung als biopsychosozialer Prozess geschaffen und Massnahmen zur Prävention von chronischen Schmerzen etabliert werden. Auf dieser Basis soll ein innovatives regionales Netzwerk zur integrierten Versorgung von Patient:innen mit anhaltenden Schmerzen aufgebaut werden, das modellhaft für die ganze Schweiz dienen kann. Dabei ist die Vernetzung mit allen Gesundheitsfachpersonen und Professionen ein wichtiges Anliegen, um das Thema Schmerzprävention bestmöglich zu verankern. So sind der SBK Bern und zahlreiche weitere Organisationen bereits Partner im Projektkonsortium. Weitere Interessierte können uns gerne über [prepac@insel.ch](mailto:prepac@insel.ch) kontaktieren.

*Konrad Streitberger, Nina Bischoff, Tom Friedli, Balz Winteler, Gisela Steinmann, Sibylle Obrecht*

Mehr Informationen:

