

## WIR SIND FÜR SIE DA

### UNSER BEHANDLUNGSTEAM

Wir sind ein interdisziplinär arbeitendes Team aus Pflege- und Sekretariatskräften, Physiotherapeuten, Psychologen sowie Ärztinnen mit Qualifikationen in der speziellen Schmerztherapie. Alle Teammitglieder sind in der Behandlung von Patienten mit chronischen Schmerzen langjährig erfahren.



**Dr. med. Sandra Blenk**  
Ärztliche Leiterin  
Zentrum für Schmerzmedizin

### Sekretariat

Telefon (0211) 958-29 19  
Telefon (0211) 958-81 17  
Telefax (0211) 958-28 58  
sz.vkh@vkkd-kliniken.de

Sprechzeiten Mo-Fr von 9 bis 12 Uhr  
Mo-Do 13 bis 15 Uhr und Fr 13 bis 14 Uhr

Patienten mit längeren Anfahrtswegen haben die Möglichkeit, kostengünstig zu übernachten.

## ANFAHRT



### IMPRESSUM

Zentrum für Schmerzmedizin (Schmerztagesklinik)  
Jülicher Straße 75  
40477 Düsseldorf

**St. Vinzenz-Krankenhaus**  
Schloßstraße 85  
40477 Düsseldorf  
www.vinzenz-duesseldorf.de

**Geschäftsführer**  
Christian Kemper, Jürgen Braun

Das St. Vinzenz-Krankenhaus ist eine Einrichtung im VKKD |  
Verbund Katholischer Kliniken Düsseldorf und Akademisches  
Lehrkrankenhaus der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf.

www.vkkd-kliniken.de

St. Vinzenz-Krankenhaus  
Zentrum für Schmerzmedizin

VKKD

INFORMATIONEN FÜR IHRE GESUNDHEIT

## NEUE WEGE IM UMGANG MIT CHRONISCHEN SCHMERZEN



**Dr. med. Sandra Blenk**  
Ärztliche Leiterin des Zentrums für Schmerzmedizin



## Liebe Patientin, lieber Patient,

Sie leiden an chronischen Schmerzen? Zunehmend leidet auch Ihre Stimmung darunter und Sie ziehen sich immer mehr zurück? Wir lassen Sie damit nicht allein.

Mit dieser Broschüre möchten wir Sie über die Möglichkeit einer Schmerzbehandlung im St. Vinzenz-Krankenhaus Düsseldorf informieren und freuen uns über Ihr Interesse.

Als spezialisiertes Zentrum für Schmerztherapie zeigen wir Ihnen mögliche Wege auf, wie Sie Ihre Schmerzen unter Kontrolle bekommen können und sich ihnen nicht weiter hilflos ausgeliefert fühlen müssen. Wenn es auch nicht immer erreicht werden kann, Ihre Schmerzen komplett zu beseitigen, ist es doch unser Ziel, Ihre Lebensqualität wieder bestmöglich zu steigern.

Mehrere erfahrene Fachdisziplinen arbeiten für Sie Hand in Hand zusammen. Sie stehen hierbei als Mensch mit Ihren individuellen Bedürfnissen im Mittelpunkt unseres Behandlungskonzeptes.

Sprechen Sie mit Ihrem behandelnden Arzt bzw. Ihrer Ärztin über die Möglichkeit, sich in unserer Tagesklinik oder stationär behandeln zu lassen. Mit der Überweisung Ihres Arztes können Sie einen Termin bei uns vereinbaren.

Mit besten Wünschen für  
Ihre Gesundheit

*Sandra Blenk*

Sandra Blenk  
Ärztliche Leiterin  
Zentrum für Schmerzmedizin

## BEHANDLUNGSZIELE UND -RAHMEN

### WAS VERSTEHEN WIR UNTER CHRONISCHEN SCHMERZEN?

- Wiederkehrende oder anhaltende Schmerzen länger als 3-6 Monate
- Dadurch bedingte deutliche Beeinträchtigung in allen Lebensbereichen
- Veränderung im Freizeit- und Bewegungsverhalten wie sozialer Rückzug und Schonung
- Neben körperlichen Beschwerden spielen auch seelische und soziale Faktoren eine Rolle
- Häufig Unwirksamkeit von Medikamenten und anderen Therapiemaßnahmen

### WIR BEHADELN

- Chronische Rückenschmerzen
- Kopf- und/oder Gesichtsschmerzen
- Ganzkörperschmerzen
- Nervenschmerzen

### UNSERE BEHANDLUNGSZIELE

- Genaue Informationen über Ihre Erkrankung
- Hilfe zur Selbsthilfe
- Förderung aktiver Schmerzbewältigung
- Verbesserung der Lebensqualität
- Schmerzlinderung

### BEHANDLUNGSVORAUSSETZUNGEN

- Bereitschaft zur aktiven Mitarbeit an der Schmerzbewältigung
- Motivation, das Erlernte zu Hause umzusetzen
- Ausreichende Kenntnisse der deutschen Sprache
- Ausreichendes Maß an Konzentrationsfähigkeit
- Bereitschaft zur Therapie in der Gruppe  
Dabei spielt es keine Rolle, ob sie aktuell arbeitsfähig sind oder nicht.



## BEHANDLUNGSPROGRAMM

### UNSER BEHANDLUNGSPROGRAMM

Aufgrund der vielfältigen Ursachen sowie der verstärkenden und aufrechterhaltenden Einflüsse bei chronischen Schmerzen beziehen wir körperliche, seelische und soziale Faktoren in unser Konzept mit ein. In unserem multimodalen Therapieprogramm bieten wir folgende Bausteine an:

### MEDIZINISCHE THERAPIE

- Einzelgespräche
- Ärztliche Schulung/Vorträge
- Bei Indikation medikamentöse Therapie
- Entzugs-Therapie

### PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

- Vermittlung von Schmerzbewältigungsstrategien
- Psychologische Informationsvermittlung (z. B. welche Faktoren beeinflussen den Schmerz?)
- Erkennen und verändern schmerzverstärkender Faktoren
- Stressbewältigung
- Biofeedback (Körper- und Stresswahrnehmung, Migränebehandlung)
- Erlernen von anerkannten Entspannungsverfahren (z. B. Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson)
- Supportive ressourcenorientierte Gespräche

### PHYSIOTHERAPIE

- Körperwahrnehmungsschulung
- Funktions- und Haltungsverbesserung
- Koordinations- und Gleichgewichtstraining
- Kräftigung und Dehnung

### PROCEDERE/THERAPIEABLAUF

Wir bieten eine 4-wöchige tagesklinische (Mo-Fr. 8.00-16.00 Uhr) oder eine 2- bis 3-wöchige stationäre multimodale Schmerztherapie an. Vor Beginn der Behandlung erfolgt eine ausführliche eintägige Schmerzdiagnostik. In dieser werden Sie umfassend ärztlich, psychologisch und physiotherapeutisch untersucht. In einem Abschlussgespräch werden dann die Ergebnisse mit Ihnen besprochen und das weitere Vorgehen erläutert. Sollte eine der beiden Therapieformen für Sie in Frage kommen, erhalten Sie von uns einen Termin für den Behandlungsbeginn. Eine stationäre Aufnahme kann ggf. auch ohne eine Vordiagnostik erfolgen, wenn die Voraussetzungen hierfür erfüllt sind.