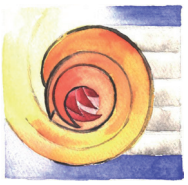
LMU KLINIKUM
Klinik für Anaesthesiologie
Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie

Interdisziplinäre Schmerzambulanz und Tagesklinik
Informationen für Eltern und Kinder



Liebe Eltern und Sorgeberechtigte, wir sprechen in diesem Infoblatt zwar die Kinder und Jugendlichen direkt an, weil sie im Mittelpunkt unserer Bemühungen stehen, aber die Informationen gelten natürlich auch für Eltern und Sorgeberechtigte.

Hallo grüß Dich,

Du leidest an chronischen Schmerzen, die trotz fachärztlicher Diagnostik und Behandlung nicht verschwinden und Auswirkungen auf Spaß und Freude am Leben haben?

Dann bist Du richtig bei uns! Wir haben ein tolles Team, das auf chronische Schmerzen bei Kindern und Jugendlichen spezialisiert ist und bieten verschiedene Möglichkeiten der Untersuchung und Behandlung an.

Der schnelle Weg zu uns

Melde Dich zunächst einmal für ein orientierendes Gespräch an – ruf uns einfach an unter 089 4400 57508.

Wir finden einen zeitnahen Termin für ein erstes Kennenlernen.

Der ausführliche Weg für langfristigen Erfolg

Chronische Schmerzen haben viele Ursachen und Einflüsse. Es wurde viel Diagnostik gemacht, aber Dein Schmerz konnte nicht beseitigt werden. Unterschiedliche Einzeltherapien haben Dir nicht geholfen.

Wenn das auf Dich zutrifft, sollten wir uns kennenlernen und uns ein ausführliches Bild von Deiner Gesamtsituation machen, und zwar im Rahmen des sogenannten Interdisziplinären Assessments (Untersuchung):

3 Spezialisten aus Kinderschmerztherapie, Orthopädie/Physikalische Medizin (wenn das Bewegungssystem betroffen ist) und Schmerzpsychologie widmen sich Dir jeweils eine Stunde. In der Regel sind die Eltern oder Sorgeberechtigten dabei, oft betrifft der Schmerz ja die ganze Familie.

Die Therapie besprechen wir dann gemeinsam. Es kann sein, dass wir Einzelverfahren empfehlen oder wir bieten Dir die Teilnahme an unserem multimodalen Schmerztherapieprogramm an. Dieses Programm dauert 4 Wochen täglich, Montag bis Freitag von 8 bis 15 Uhr.

Bitte Zeit mitbringen, das Assessment geht bis in den Nachmittag, aber es gibt auch ein Mittagessen.

Was musst Du mitbringen?

Für das Assessment brauchen wir den von Dir und Deinen Eltern ausgefüllten Fragebogen, den wir Dir bei der Anmeldung zuschicken und die wichtigsten schriftlichen medizinischen Befunde. Wenn der ausgefüllte Fragebogen und die Unterlagen bei uns angekommen sind, vereinbaren wir einen Assessmenttermin.

Therapie

Wir nutzen die gesamte Palette anerkannter Schmerztherapieverfahren, aber integrieren auch sinnvolle komplementäre Verfahren. Medikamentöse Therapie kann in Einzelfällen helfen. In der Regel liegt unser Schwerpunkt aber auf nicht-medikamentösen Verfahren.

Unsere 4-Wochen-Behandlung besteht aus verschiedenen Therapieelementen:

- **Information und Aufklärung, insbesondere durch Seminare und Gruppenstunden zu folgenden Themen:**
  Wie entsteht Schmerz? Schmerz und Stress, Schmerz und Schule, Schmerz und Freizeit, Verhalten bei Schmerzen, Elternseminare, u.a.
- **Psychologische Verfahren als Gruppentherapie:**
  Verschiedene Entspannungsverfahren, Umgang mit Gefühlen und Belastungen.
- **Körperlich übende Verfahren:**
  Bewegungstherapie (z.B. Qigong oder Yoga), Übungen und Verfahren zur Verbesserung der Körperwahrnehmung
- **Kreativtherapie:**
  Kunsttherapie (Graffiti), Musiktherapie zur Förderung der persönlichen Entwicklung
- **Nicht-medikamentöse Verfahren:**
  Akupunktur/Akupressur, Transkutane elektrische Nervenstimulation (TENS), Naturheilverfahren zur einfachen Schmerzlinderung mit Anleitung zur Selbstbehandlung

Ziel der Behandlung ist

- Schmerzlinderung und Schmerzdesensibilisierung
- Verbesserung Deiner körperlichen Beweglichkeit und Bewegungskoordination
- Deine Vermeidung von schmerzverstärkendem Verhalten
- Dein Einblick in die komplexen Zusammenhänge der Schmerzverarbeitung und deren Selbst-Beeinflussung unter Einbeziehung Deiner Familie
- Stärkung Deines Selbstbewusstseins und Deiner Fähigkeit, mit Schmerzen umzugehen
- Förderung Deines gesundheitsbewussten Verhaltens und der Aufbau einer für Dich sinnvollen Tagesstruktur (Schulbesuch)
- Deine Wiedereingliederung in Dein soziales Umfeld und Wiederaufnahme Deiner Hobbys

Kontakt

Interdisziplinäre Schmerzambulanz und Tagesklinik,
Campus Innenstadt · Pettenkoferstr. 8a · 80336 München
Tel: 089 4400 57508

Wir freuen uns, gemeinsam mit Dir den Schmerz zu vertreiben!

Dein Kinderschmerz-Team

HT_2025_215