

## Expertengespräch

# Phantomschmerzen

## *vorbeugen und behandeln*



Nach einer Amputation können Betroffene noch Schmerzen in dem nicht mehr vorhandenen Körperteil spüren: Dann spricht man von „Phantomschmerzen“. Blickpunkt sprach mit der **Vorsitzenden der 1. Deutschen Amputierten Initiative, Dagmar Gail**, über Möglichkeiten zur Vorbeugung und Behandlung.

### **Blickpunkt: Wie häufig treten Phantomschmerzen nach Amputationen auf?**

**Dagmar Gail:** Viele Amputierte haben überhaupt keine Phantomschmerzen, wobei die Wundschmerzen unmittelbar nach einer Amputation nicht mit Phantomschmerzen verwechselt werden dürfen. Empfehlenswert ist es, ein Schmerztagebuch zu führen, um einen präzisen Überblick über die Intensität und den zeitlichen Ablauf zu gewinnen. Es muss differenziert werden, ob es sich um einen Phantomschmerz handelt, der beispielsweise dumpf, brennend, elektisierend sein kann oder um eine Phantomempfindung, also Schmerzen bei Berührung oder bei Druck. Auch Jucken, Kribbeln und Taubheit gehören dazu. Ferner können es Schmerzen in den verbleibenden Extremitäten sein, die möglicherweise einen medizinischen Hintergrund haben, etwa Neurome oder Gelenkschmerz, aber auch durch eine zu eng

### *Kontakt & Information:*

#### **1. Deutsche Amputierten-Initiative e. V.**

Spanische Allee 140  
14129 Berlin

Telefon 030 - 803 26 75

Fax 030 - 80 49 16 35

info@amputierten-initiative.de

www.amputierten-initiative.de

sitzende Prothese ausgelöst werden können. Phantomempfindungen treten bei ca. 80 % aller Amputierten auf.

### **Blickpunkt: Gibt es Maßnahmen zur Vorbeugung?**

**Dagmar Gail:** Vorbeugen lässt sich unter Umständen mit einer rückenmarksnahen Regionalanästhesie (kombinierte „Spinal“-/„Epiduralanästhesie“). Diese hat sich als gute postoperative Schmerzbekämpfung bewährt.

### **Blickpunkt: Was ist über die Ursachen bekannt?**

**Dagmar Gail:** Schmerzen manifestieren sich im Nervensystem und im Gehirn. Ständige Schmerzsignale können zu Veränderungen der Nervenzellen im Rückenmark führen und in der Folge die Entstehung eines so genannten Schmerzgedächtnisses begünstigen. Die Neuropsychologin Professor Herta Flor hat Schmerzsignale mit einer Magnetresonanztomographie sichtbar gemacht und entdeckt, dass ein Dauerschmerz zu einer Veränderung in der Großhirnrinde führt. Auch verschiedene andere Hirnregionen sind davon betroffen.

### **Blickpunkt: Welches sind die bewährtesten Hilfen und Therapien bei Phantomschmerzen?**

**Dagmar Gail:** Phantomschmerzen lassen sich mit einer Vielfalt von

Möglichkeiten behandeln. So kann eine Prothese beispielsweise die Durchblutung verbessern. Auch das regelmäßige „Abhärten“ des Stumpfs bringt oftmals Besserung. Das kann mit einfachen Methoden erreicht werden: mit Bürsten oder mit dem konsequenten Belasten in einem mit Linsen oder Erbsen gefüllten Topf. Hilfreich kann auch das „TENS“-Gerät sein. Es erzeugt schwache elektrische Impulse, die den Schmerz durch eine kribbelnde oder massageähnliche Empfindung ersetzt. Bei medikamentöser Schmerztherapie ist immer der medizinische Gesamtzustand für die ärztliche Verabreichung ausschlaggebend. Der natürliche Wirkstoff Alpha-Liponsäure kann auch zur Besserung beitragen, da dieser die Nervenenden binden kann. Die Spiegeltherapie kann bewirken, dass das Gehirn durch eine Täuschung überlistet wird und so den Schmerz „verlernt“. Dabei täuscht ein seitlich angebrachter Spiegel dem Gehirn das Vorhandensein der fehlenden Extremität vor. Durch diese Täuschung wird die Entstehung des Phantomschmerzes im Kopf unterdrückt. Leider wird diese Therapie nur von wenigen Physiotherapeuten angeboten. In Großbritannien läuft derzeit eine große Studie über das Für und Wider der Spiegeltherapie. Einen entscheidenden Vorteil hat die Spiegeltherapie aber: Sie ist nebenwirkungsfrei. ■