

Ihre Mitarbeit entscheidet über den Therapieerfolg

Durch die zielgerichtete Vorgehensweise unseres Therapieteam in Zusammenarbeit mit Ihnen als Patientin bzw. als Patient, lässt sich Ihre Lebensqualität deutlich und langfristig verbessern. Entscheidend dabei ist, dass Sie an den Programmbestandteilen teilnehmen und aktiv mitarbeiten!

Mit Bewegung zum Erfolg!

Die Eignung für die Kurse wird vom aufnehmenden Arzt oder Ärztin festgelegt.

Für die Teilnahme an den Sportkursen bringen Sie bitte folgende Bekleidung mit in die Klinik:

Für's Nordic Walking:

- » **feste, wettergerechte Schuhe für draußen**
- » **wettergerechte Bekleidung für draußen**

Für die Indoor-Sporteinheiten:

- » **Sportschuhe**
- » **Sportbekleidung oder bequeme Kleidung**

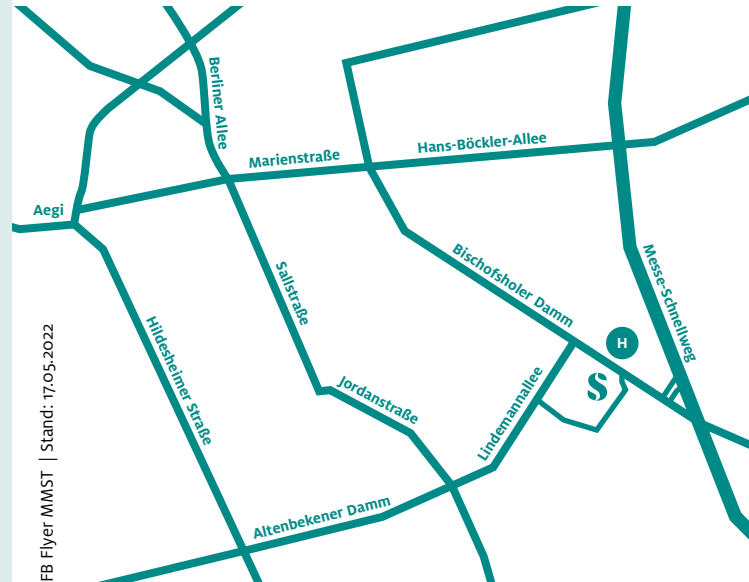
Für die Aqua-Gymnastik:

- » **Badesachen, Handtuch**

Falls vorhanden, bringen Sie bitte ebenfalls mit:

- » **Entlassungsbriefe von schmerzbedingten Klinikaufenthalten**
- » **schriftliche Befunde von Röntgen-, CT- und MRT-Untersuchungen**
- » **Ärztliche Vorbefunde**
- » **Informationen über Ihre aktuelle (Schmerz-) Medikation**

Anfahrt



Die Sophienklinik Hannover ist gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu erreichen.

Haltestelle: Kinderkrankenhaus auf der Bult
U-Bahnlinie 6 | Buslinie 373 und 800



Bischofsholer Damm 160
30173 Hannover



Hotline: 0511 3667-410
schmerztherapie@sophienklinik.de
www.sophienklinik.de

Multimodale Schmerztherapie in der Sophienklinik

Aktiv gegen den chronischen Schmerz!



Neue Wege für Menschen mit chronischen Schmerzen

SOPHIENKLINIK

Liebe Schmerzpatientinnen und -patienten,

dass Sie auf dieses Angebot aufmerksam geworden sind, ist sicherlich kein Zufall. Vielmehr spricht es dafür, dass Schmerz für Sie etwas Bekanntes ist. Wer Tag für Tag unter **permanentem Dauerschmerz** leidet, dessen Leben verändert sich so nachhaltig wie negativ.

Sicherlich haben Sie schon vieles ausprobiert, um Linderung zu finden. Leider ist die Linderung der Symptome meistens nur kurzfristig oder bringt erst gar keinen Erfolg.

Wenn Sie unter permanentem Dauerschmerz leiden, gehören Sie zur Gruppe der **chronischen Schmerzpatient/innen**. An diese richtet sich das Therapieprogramm der Multimodalen Schmerztherapie der Sophienklinik und ihrer Belegärztinnen und -ärzte.

Die Multimodale Schmerztherapie ist ein bewährtes Behandlungskonzept, das wir in der Sophienklinik seit über 15 Jahren erfolgreich durchführen. Es basiert auf der individuellen Kombination verschiedener Therapiemethoden, der intensiven Zusammenarbeit zwischen den Therapeut/innen und insbesondere der aktiven Mitarbeit des bzw. der Betroffenen.

Als erfahrene Therapeut/innen können wir folgendes sicher sagen: **Schmerzen als tägliche Begleiter müssen nicht sein!**

Sprechen Sie uns gerne an und vereinbaren Sie kurzfristig einen Termin für die Schmerzsprechstunde.

Ihr Behandlungsteam

Körper und Seele gemeinsam behandeln

Die Multimodale Schmerztherapie basiert auf der Zusammenarbeit und individuellen Abstimmung aller für den Schmerz relevanten Bereiche. Das heißt, neben dem körperlich empfundenen Schmerz wird der psychische Aspekt ebenso mit einbezogen. Das komplette Schmerzgeschehen wird also ganzheitlich erfasst und behandelt.

Viele Module helfen gegen den Schmerz:

- » Einsatz von Medikamenten
- » Physiotherapeutische Einzelbehandlungen
- » Beweglichkeits- und Krafttraining in der Gruppe
- » Medizinische Trainingstherapie (MTT)
- » Aqua-Gymnastik
- » Pilates
- » Entspannungstraining
- » Ergometertraining
- » Nordic Walking
- » Arbeitsplatztraining
- » Motivationstraining
- » Vorträge zum Thema „chronischer Schmerz“
- » Invasive Verfahren
- » Wärmepackungen

Aber erst durch die individuelle Kombination der unterschiedlichen Therapieansätze und die intensive Zusammenarbeit aller Beteiligten wird ein nachhaltiger Behandlungserfolg möglich!

Zusätzlich können von Fall zu Fall auch elektronische Stimulationsverfahren (TENS) und Maßnahmen wie Aufklärungsgespräche mit der Patientin/dem Patienten über ihr/sein Krankheitsbild und dessen Behandlung angewandt werden.

Acht Tage Intensiv-Programm gegen den Schmerz

→ Der Therapieablauf

Anreisetag ist Montag. An diesem Tag werden Sie, gemeinsam mit max. 7 weiteren Schmerzpatient/innen, stationär in der Sophienklinik aufgenommen und über den weiteren Ablauf informiert. Im Laufe des Tages finden Einzelgespräche mit den Therapeuten statt.

Im weiteren Verlauf Ihres Klinikaufenthalts werden Sie mehrmals täglich **aktiv** am Therapieprogramm teilnehmen. Aktiv heißt, dass Sie vor allem mit **Bewegung** gegen Ihren Schmerz angehen werden! Die Teilnahme an allen Programmbestandteilen ist verpflichtend. Nach Absprache mit Ihrem/Ihrer behandelnden Arzt/Ärztin erhalten Sie Medikamente und Infiltrationen. Dienstag ist Abreisetag.

Die Therapieverlauf wird, genauso wie der Behandlungserfolg, sowohl durch das Team als auch durch Sie als Patient/in selbst dokumentiert. Es stehen Ihnen Testverfahren zur Verfügung, die neben den subjektiven Empfindungen auch eine objektive Auswertung ermöglichen.

Während Ihres 8-tägigen Klinikaufenthalts (7 Nächte) führt Sie ein persönlicher Therapie-Coach durch das tägliche Therapieprogramm.

→ Das Therapieziel

Das Ziel ist es, Ihnen, der/die unter chronischen Schmerzen leidet, mehr Lebensqualität zu verschaffen. Es geht also um die Minderung Ihres Schmerzes!

→ Das Therapieteam

Ihr behandelnder Arzt bzw. Ärztin, ein Schmerztherapeut, ein Psychologe, Physiotherapeut/innen sowie Ihr Therapie-Coach stehen Ihnen zur Seite.

**Hotline
Schmerztherapie:
0511**

3667-410