

**Zeitschrift:** Curaviva : Fachzeitschrift  
**Herausgeber:** Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz  
**Band:** 88 (2017)  
**Heft:** 1: IV : Arbeit vor Rente : wie es Menschen mit einer Beeinträchtigung schaffen

**Buchbesprechung:** Schmerz - Innenansichten eines Patienten und was die Wissenschaft dazu sagt [Amrei Wittwer]

**Autor:** Fuchs, Marita

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 08.01.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Ein neues Buch analysiert das Phänomen Schmerz und was dagegen zu tun ist

# Nicht einfach Ursache und Wirkung

Viele Menschen leiden unter lang anhaltenden oder immer wiederkehrenden Schmerzen.

Ein Buch trägt das neuste Wissen zum Thema Schmerz zusammen. Ein lehrreiches und dienliches Buch auch für Pflegekräfte.

Von Marita Fuchs\*

Vor mehr als 350 Jahren hat der französische Philosoph Descartes den Schmerz mit dem Glockengeläut einer Kirche verglichen. Zieht man unten am Seil, bimmelt es im Turm. Heute weiss man jedoch, dass Schmerz nicht nur einfach ein Reflex ist, Schmerz entsteht im Gehirn. Und er ist ein notwendiges Alarmsignal, wenn etwas nicht in Ordnung ist. Wird jedoch anhaltender Schmerz nicht rechtzeitig behandelt, kann er zum Selbstläufer werden. Bei Schmerzpatienten ist die ursprüngliche Erkrankung nicht mehr die Ursache – der Schmerz hat sich verselbstständigt, ist selbst zur Krankheit geworden. Fazit: Schmerz ist zwar für unser Überleben notwendig; als chronisches Leiden ist er sinnlos.

Heute sind chronische Schmerzen zu einer Volkskrankheit geworden, gegen die Therapien häufig versagen. Das hängt auch damit zusammen, dass Schmerz und Schmerzempfindung komplexe Phänomene sind, die sowohl durch physische als auch durch psychische Ereignisse hervorgerufen werden können. Vieles, was wir inzwischen über den körperlichen Schmerz wissen, gilt auch für Seelenqualen. Bei einer Depression etwa werden dieselben Hirnzentren wie bei Körperschmerzen aktiviert.

## Frauen sind empfindlicher

Das Buch «Schmerz – Innenansichten eines Patienten und was die Wissenschaft dazu sagt» von Amrei Wittwer und Gerd Folkers macht die Herausforderungen der Schmerztherapie im 21. Jahrhundert zum Thema. Die Schmerzforscherin Amrei Wittwer ist Apothekerin, Folkers ist Ordinarius für Pharmazeutische Chemie an der ETH in Zürich.

Amrei Wittwer geht Schritt für Schritt vor: Nach der Erklärung, wie Schmerz entsteht, erläutert sie, welche Substanzen gegen Schmerzen wirken. Arzneien sind nicht das einzige Mittel. Und eine Schmerztherapie ist auch deshalb nicht immer wirksam, weil es schwierig ist, über Schmerzen zu reden und sie genau zu beschreiben. Auch das Geschlecht spielt bei der Wahrnehmung von Schmerzen eine Rolle. Die meisten

Frauen sind empfindlicher als Männer – ganz besonders rot-haarige Frauen, weil sie auf Chromosom 16 eine Genmutation tragen, die ihnen eine erhöhte Schmerzempfindlichkeit beschert.

## Anschauliche Beispiele, theoretische Erläuterungen

Um den theoretischen medizinischen Teil des Buchs mit Leben zu füllen, unterbrechen Wittwer und Folkers ihre fachwissenschaftlichen Erläuterungen jeweils mit Episoden einer fiktiven Geschichte, die einen Tag im Leben des Herrn D. aus Zürich schildert. Es beginnt damit, dass der Mittfünfziger D. vor dem Spiegel steht und sich die Nasenhaare ausreisst, ein schmerzhafter Vorgang. D. leidet nicht nur unter dem physischen Schmerz, er hat gerade den Job verloren, wurde von der Freundin verlassen, die auch noch die Katze mitnahm. Seine Nachbarin ist Apothekerin und kümmert sich um den Schmerzpatienten, der an dem Tag noch so einiges erlebt, wie etwa den Verlust von Zähnen bei einer Schlägerei. So bleiben ihm auch Angst und Schmerz auf dem

Zahnarztstuhl nicht erspart, auch wenn die attraktive Zahnärztin ganz andere Gefühle in ihm zu wecken vermag.

Im theoretischen Teil wird auf das Schicksal von D. Bezug genommen. Dieser doppelte Zugang soll die theoretischen Ausführungen erzählerisch leichter fassbar machen, schreiben die Autoren im Vorwort.

Die Geschichte des D. schlägt zuweilen sehr überraschende Volten und wirkt etwas konstruiert. Und doch wird sie dem Anspruch gerecht, Schmerz anschaulich zu schildern und den wissenschaftlichen Teil aufzulockern. Auf diese Weise werden die komplizierten Vorgänge von Schmerzempfindung, Schmerzbewältigung, Schmerzbekämpfung auch von Laien – zumindest in Grundzügen – verstanden.

Folkers und Wittwer plädieren dafür, das Thema Schmerz vermehrt in die Medizinerbildung einzubinden. Zudem sollten Vorurteile gegen Schmerzmittel wie Opiaten oder gegen Cannabis abgebaut werden. Nicht unterschätzt werden dürfe auch die mentale Komponente des Phänomens Schmerz, sie kann zur Steigerung von Schmerz beitragen, bietet auf der anderen Seite aber auch eine Chance, Schmerzen besser ertragen zu lernen. Eine gute und wirksame Schmerzbekämpfung muss deshalb den ganzen Menschen mit einbeziehen, so die Autoren. ●

**Schmerz ist zwar für unser Überleben notwendig, als chronisches Leiden aber ist er sinnlos.**

\* Marita Fuchs, ist Redaktorin beim UZH Magazin, der Wissenschaftszeitschrift der Universität Zürich

Amrei Wittwer, Gerd Folkers (Hrsg.), «Schmerz – Innenansichten eines Patienten und was die Wissenschaft dazu sagt», Hirzel Verlag, Stuttgart 2016, 216 Seiten, 44.50 Fr.