Haben Sie noch Fragen?

Weitere Informationen rund um das Thema Schmerztherapie und Opioid-induzierte Obstipation finden Sie im Ratgeber auf www.hexal.de.

Weitere Broschüren können Sie beim Hexal-Service kostenfrei bestellen:

Verständlich, kurz und knapp erklären wir Ihnen, warum es durch die Einnahme von starken Schmerzmitteln (Opioiden) bei vielen Patienten zu einer Verstopfung kommen kann und wie Sie mithilfe Ihres Arztes diesen Leidensdruck durchbrechen können.

Hexal AG
Industriestraße 25
83607 Holzkirchen
Tel.: 0800 4392523
Fax: 0800 4392526
E-Mail: service@hexal.com
www.schmerz.de

Art.-Nr.: 49039721, Stand: 05/2020

HEXAL
A Sandoz Brand

Feelinx®
Mein Gefühl. Mein Leben.
Mein Begleiter.

Meine Opioidtherapie und ich

SCHMERZ

www.schmerz.de

Inhalt

Vorwort und Einleitung	5
Wie entstehen Schmerzen?	6
Körpereigene Schmerzdämpfung	7
Was sind Opioide und wie wirken sie?	8
Wann werden Opioide gegeben?	9
Mögliche Begleiterscheinungen einer Opioidtherapie?	10
Was tun bei Begleiterscheinungen?	11
Worauf Sie als Patient bei Ihrer Opioid-Therapie außerdem achten sollten	12
Nützliche Adressen	13
Glossar	14

Liebe Patientin, lieber Patient

Chronische Schmerzen sind für viele Menschen ein Thema: allein in Deutschland sind in etwa 16 Millionen Patienten betroffen. 3,4 Millionen davon haben einen besonders schweren Verlauf und sind auf eine kompetente Schmerztherapie angewiesen.[1]

In diesen Fällen kann eine Behandlung mit so genannten Opioiden in Betracht gezogen werden. Opioide gelten als sehr effiziente Schmerzmittel, die bei vielen Patienten die Beschwerden lindern und die Lebensqualität verbessern können.

Ihr Arzt hat Ihnen diese Broschüre gegeben, damit Sie und Ihre Angehörigen eine Nachlese haben, um die Therapie mit Opioiden besser zu verstehen. Sie enthält Informationen zur Schmerzentstehung und -verarbeitung, zur Wirkweise von Opioiden sowie zu möglichen Begleiterscheinungen einer Opioidtherapie. So können Sie Zusammenhänge besser erkennen und Ihre Therapie aktiv mitgestalten. Denn wie bei allen Krankheiten gilt auch hier: mit dem richtigen Hintergrundwissen können Sie selbst sehr viel zum Erfolg Ihrer Therapie beitragen.

Wir wünschen Ihnen alles Gute für Ihre Gesundheit!

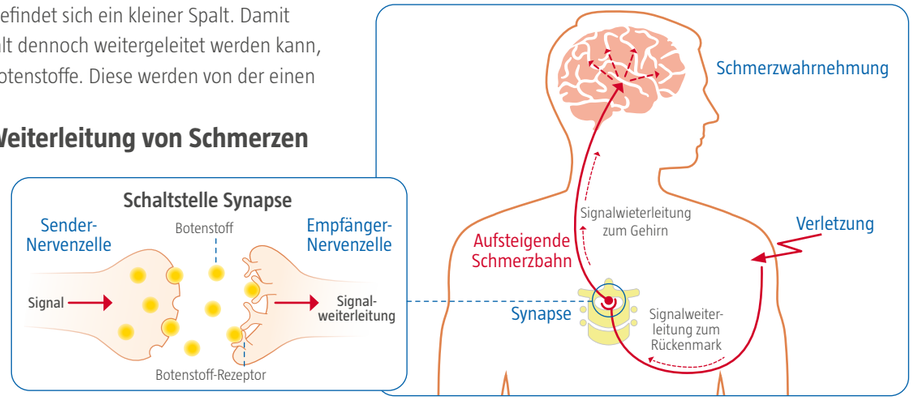
1 https://schmerzliga.de/my_uploads/2019/05/broschuere_schmerzliga.pdf (zuletzt aufgerufen im März 2020).

Wie entstehen Schmerzen?

Schmerzen haben eine Schutzfunktion, weil sie den Körper vor Schäden wie z. B. einer Verbrennung bewahren oder auf eine Verletzung hinweisen. Schmerzauslösende Reize wie Hitze oder Druck werden über spezielle Schmerzrezeptoren, die überall im Körper in der Haut, den Muskeln, Sehnen, Knochen und inneren Organen vorhanden sind, aufgenommen. Sie werden dann als elektrisches Signal an das Gehirn weitergeleitet, wo der Schmerz wahrgenommen wird.

Eine wichtige Rolle bei der Schmerzweiterleitung bildet das Rückenmark: dort wird der Schmerz von der ersten Nervenzelle, dem Schmerzrezeptor, auf die zweite Nervenzelle „weitergeschaltet". An der Schaltstelle (Synapse) zwischen den beiden Nervenzellen im Rückenmark befindet sich ein kleiner Spalt. Damit der Schmerzreiz am Spalt dennoch weitergeleitet werden kann, verwendet der Körper Botenstoffe. Diese werden von der einen Nervenzelle freigesetzt und docken an der anderen Nervenzelle an spezielle Rezeptoren an, wo sie erneut ein elektrisches Signal auslösen, das dann weiter ins Gehirn geleitet wird.

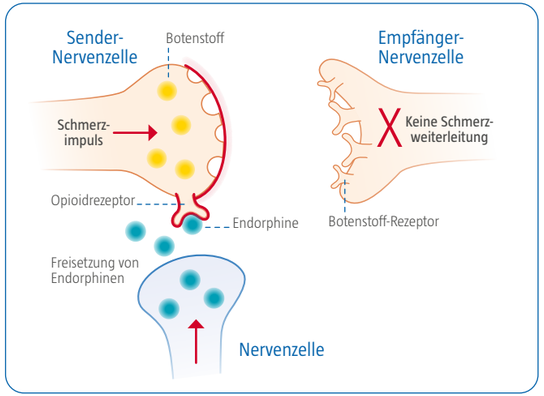
Entstehung und Weiterleitung von Schmerzen



Körpereigene Schmerzdämpfung

In der Schaltstelle (Synapse) kann die Weiterleitung des Schmerzimpulses durch körpereigene Schmerzdämpfer, sogenannte Endorphine, blockiert werden. Die Bezeichnung „Endorphin" ist eine Wortkreuzung aus „endogen" und „Morphin" und bedeutet „ein vom Körper selbst produziertes Opioid".

Körpereigene Schmerzdämpfung durch Endorphine



Endorphine passen genau auf einen speziellen Rezeptor, den Opioidrezeptor, wie ein Schlüssel in ein Schloss. Ist der Opioidrezeptor durch Endorphin besetzt, sendet die Nervenzelle keine Botenstoffe mehr aus und das Schmerzsignal wird nicht zum Gehirn weitergeleitet. Wenn Schmerzen über lange Zeit bestehen und chronisch werden, reicht die körpereigene Schmerzdämpfung jedoch nicht mehr aus und es bedarf einer wirksamen medikamentösen Schmerzbehandlung.

Was sind Opioide und wie wirken sie?

Opioide nennt man Stoffe mit ähnlicher Wirkung wie Morphin, dem Haupt-Wirkstoff des Opiums. Die schmerzstillende Wirkung von Opium machen sich die Menschen schon seit mehreren tausend Jahren zu Nutze.

Opioide passen genauso wie Endorphine wie ein Schlüssel in das entsprechende Schloss an der Nervenzelle und blockieren die Schmerzweiterleitung. Opioide sind eine wichtige Säule in der Schmerztherapie und werden zum Beispiel bei Tumorschmerzen, starken (chronischen) Schmerzen des Bewegungsapparates, Nervenschmerzen, oder zur Schmerzstillung nach einer Operation eingesetzt.

In Deutschland werden ca. **3,7 Millionen Menschen** im Rahmen einer Schmerztherapie mit Opioiden behandelt.[1]

Wann werden Opioide gegeben?

Opioide werden bei Schmerzen meist nach einem bestimmten Plan gegeben, dem Stufenschema der Weltgesundheitsorganisation WHO[2]. Dieses Schema ist ein weltweit anerkannter Standard in der Schmerztherapie und beinhaltet drei Stufen:[3]

1. Stufe:

Nicht-opioide Schmerzmittel

Zur Linderung leichter bis mäßiger Schmerzen werden Schmerzmittel, die keine Opioide enthalten, angewendet. Dazu gehören Acetylsalicylsäure (ASS), Ibuprofen, Diclofenac, Paracetamol oder Metamizol.

2. Stufe:

Schwach wirksame Opioide

Reicht die Wirkung der Schmerzmittel der Stufe 1 nicht aus, können zusätzlich schwach wirksame Opioide der Stufe 2 eingesetzt werden, z. B. Tramadol, Dihydrocodein oder Tilidin/Naloxon.

3. Stufe:*

Stark wirksame Opioide

Kann mit Stufe 2 keine ausreichende Schmerzlinderung erzielt werden, tauscht der Arzt in der dritten Stufe das schwach wirksame Opioid gegen ein stark wirksames Opioid aus. Zur Stufe der stark wirksamen Opioide zählen z. B. Morphin, Fentanyl, Oxycodon, Buprenorphin oder Hydromorphon.

***** Alle Opioide der Stufe 3 unterliegen der Betäubungsmittel-Verschreibungsverordnung.

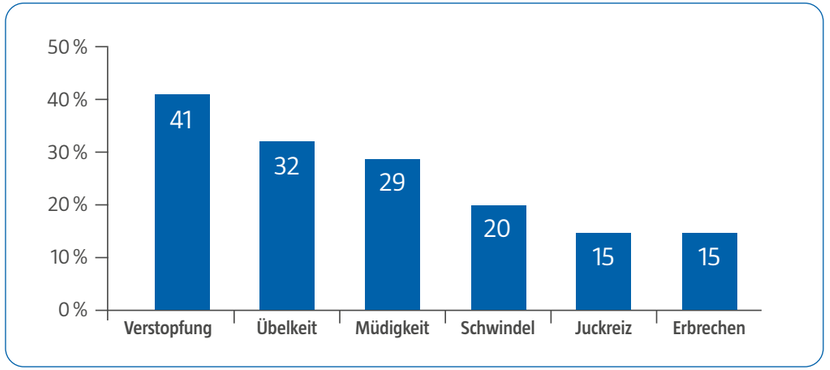
1 Deutsches Ärzteblatt.de (Internet), Zunahme der Opioidverordnungen in Deutschland zwischen 2000 und 2010: Eine Studie auf der Basis von Krankenkassendaten (zuletzt aufgerufen im März 2020). Verfügbar unter http://www.aerzteblatt.de/archiv/134113/Zunahme-der-Opioidver-ordnungen-inDeutschland-zwischen-2000-und-2010-Eine-Studie-auf-der-Basis-von-Krankenkassendaten.
2 WHO, Cancer Pain Relief, Geneva, 1986.
3 www.betanet.de/stufenschema-der-who.html (zuletzt aufgerufen im März 2020).

Mögliche Begleiterscheinungen einer Opioidtherapie

Opioidrezeptoren befinden sich nicht nur im zentralen Nervensystem, in dem sie die schmerzstillende Wirkung auslösen, sondern auch an anderen Stellen des Körpers, wie z. B. im Dickdarm, Dünndarm, Speiseröhre und im Magen. Dies bedeutet, dass Opioide im gesamten Magen-Darm-Trakt wirken und dort entsprechende Begleiterscheinungen hervorrufen können.

Die häufigste Begleiterscheinung ist die durch Opioide hervorgerufene Verstopfung (Opioid-induzierte Obstipation, im engl. opioid induced constipation, OIC). Dabei binden Opioide an die Rezeptoren im Darm und führen zu einer verminderten Darmbewegung. Weitere Begleiterscheinungen einer Opioidtherapie können z. B. Übelkeit, Müdigkeit, Schwindel, Juckreiz und Erbrechen sein.*

Häufige Begleiterscheinungen einer Opioidtherapie[1]



Was tun bei Begleiterscheinungen?

Es ist wichtig zu wissen, dass einige der Begleiterscheinungen nur in der Anfangsphase einer Opioidtherapie auftreten und im Verlauf der Behandlung nachlassen, die Verstopfung aber über den gesamten Therapieverlauf bestehen bleiben kann. **In jedem Fall sollten Sie mit Ihrem Arzt über mögliche Begleiterscheinungen sprechen.** Denn es ist möglich, schon im Vorfeld einer Opioidtherapie Maßnahmen einzuleiten, die das Auftreten von Begleiterscheinungen verhindern können.

So kann im ersten Schritt die frühzeitige Einnahme von Abführmitteln (Laxanzien) einer Verstopfung entgegenwirken. Neuere Medikamente, die PAMORA genannt werden (peripher wirkender μ-Opioidrezeptor-Antagonist, im engl. Peripherally-Acting μ(Mu)-Opioid Receptor Antagonist), wirken spezifisch an den Stellen, die die Darmbewegungen koordinieren. **PAMORAs wirken gegen Verstopfung, indem sie die Opioidrezeptoren ausschließlich im Magen-Darm-Trakt blockieren.** So wird die schmerzlindernde Wirkung der Opioide im Gehirn nicht gestört.

Sie können etwas gegen die Verstopfung tun! Durch ballaststoffreiche Ernährung, ausreichende Flüssigkeitszufuhr und körperliche Aktivität können Sie Ihre Darmbewegung zusätzlich anregen.

***** Die Aufzählung der Begleiterscheinungen ist nicht abschließend. Wenn Ihnen ein Opoid verordnet wurde, beachten Sie bitte die jeweilige Gebrauchsinformation.

1 Kalso E et al. Pain. 2004; 112(3): 372–380.

Worauf Sie als Patient bei Ihrer Opioidtherapie außerdem achten sollten

Nur durch eine **regelmäßige Einnahme** gelingt eine gleichmäßig **gute Schmerzlinderung**. Keinesfalls sollten Sie deshalb Opioide nach Bedarf einnehmen, die Einnahme hinauszögern oder selbstständig die Dosis verändern.

Sprechen Sie mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt, wenn Sie das Gefühl haben, dass eine Schmerzbehandlung nicht ausreichend wirkt oder Sie durch Begleiterscheinungen beeinträchtigt werden. **Die Therapie kann dann individuell auf Sie angepasst werden.**[1]

Um Entzugssymptome, wie Schwitzen oder Übelkeit, zu vermeiden, dürfen Opioide nicht abrupt abgesetzt werden, sondern müssen nach Vorgaben des Arztes schrittweise reduziert werden.[2]

Nützliche Adressen

Deutsche Schmerzliga e. V.
Rüsselsheimer Str. 22
60326 Frankfurt am Main

Schmerztelefon:
Montag, Mittwoch, Freitag von 9:00 – 11:00 Uhr,
Telefon: 069 20 019 019

Schmerztelefon für Berufstätige:
Montag von 18:00 – 20:00 Uhr,
Telefon: 06201 60 49 415
E-Mail: info@schmerzliga.de
www.schmerzliga.de

Deutsche Gesellschaft für Schmerzmedizin e. V.
Lennéstr. 9
10785 Berlin

Dienstag und Donnerstag von 10:00 – 12:00 Uhr
Telefon: 030 85 62 188 0
E-Mail: info@dgschmerzmedizin.de
www.dgschmerzmedizin.de

Deutsche Schmerzgesellschaft e. V.
Bundesgeschäftsstelle
Alt-Moabit 101 b
10559 Berlin

Telefon: 030 39 40 96 890
E-Mail: info@Schmerzgesellschaft.de
www.schmerzgesellschaft.de

TelefonSeelsorge
www.telefonseelsorge.de
Kostenfreie Rufnummern:
0800 111 0 111 oder 111 0 222 oder 116 123

Außerdem gibt es eine Mail- und Chatberatung sowie Beratungsstellen vor Ort.

1 www.patienten-information.de/kurzinformationen/arzneimittel-und-impfungen/opioide-bei-chronischen-schmerzen (zuletzt aufgerufen im März 2020).
2 www.betanet.de/opiate-und-opioide.html (zuletzt aufgerufen im März 2020).

Glossar

Betäubungsmittel
Alle durch Anlagen I–III zu §1 des Betäubungsmittelgesetzes deklarierten Substanzen mit hohem Suchtpotential sowie daraus gewonnene Arzneimittel.

Endorphine
Kurzform von „Endogene Morphine". Vom Körper selbst produzierte Morphine, die schmerzlindernd bzw. schmerzunterdrückend wirken.

Laxanzien
Arzneimittel zur Förderung der Darmentleerung (Abführmittel).

Morphin
Wirkstoff aus der Gruppe der Opioide, der als natürlicher Bestandteil im Milchsaft des Schlafmohns (Papaver somniferum) vorkommt.

OIC
Eine durch Opioide verursachte Verstopfung (Opioid-induzierte Obstipation, im engl. Opioid-Induced Constipation).

Opioide
Natürliche und synthetische sowie halbsynthetische Substanzen, die morphinartige Eigenschaften aufweisen und an Opioidrezeptoren wirksam sind.

Opium
Der durch Anritzen gewonnene, getrocknete Milchsaft unreifer Samenkapseln des Schlafmohns (Papaver somniferum L.).

PAMORA
Peripher wirkender µ-Opioidrezeptor-Antagonist (im engl. Peripherally Acting µ(Mu)-Opioid Receptor Antagonist), der eine selektive Hemmung der Opioidrezeptoren im Magen-Darm-Trakt bewirkt.

Synapse
Kontaktstelle zur Übertragung eines chemischen oder elektrischen Signals von einer Nervenzelle auf eine andere Nervenzelle oder eine andere Zielzelle (Muskelzelle, Drüsenzelle, Sinneszelle).