



Deutscher Schmerzkongress 2015  
Posternummer: P02.09  
Postersitzung: 02: Schmerz im Alter

Mannheim, 14.-17.10.2015

## **BETREFF:** Was teilen Sie Ihrem Hausarzt mit? - Mobile Schmerzdokumentation für geriatrische Patienten

Lieber Hausarzt, liebe Hausärztin,

### **PROBLEM**

uns ist bekannt, dass immer noch bis zu 50 % der älteren Menschen (65+ J.) zumeist an chronischen Schmerzen leiden und leider erfahren wir diese selbst fast täglich. Den beschriebenen positiven Nutzen von mobilen Softwarelösungen (*Applikationen*) auf die Gesundheit würden wir uns gerne auch für unsere schmerzbedingten Probleme zu eigen machen.

### **METHODEN**

Aus diesem Grund haben wir im Rahmen des Forschungsprojektes „painApp“-Mobiles Schmerzmonitoring mit einem Tablet-Computer eine nutzerorientierte Applikation zur Darstellung unserer Schmerzen mitgestaltet, damit diese zukünftig intuitiv und barrierefrei von älteren Menschen ab 65 Jahren zeit- und ortsunabhängig angewendet werden kann.

Regelmäßig und über einen Zeitraum von einem Jahr (2014) haben wir unsere Schmerzen (*Intensität, Lokalisation*), die -therapie (*Medikation*) dokumentiert und zusätzlich die Schmerzsituation kommentiert (*Freitextfeld*). Hier stellen wir Ihnen nun die inhaltsanalytische Auswertung unsere Kommentare vor.

### **ERGEBNISSE**

In 30% der 2182 Schmerzdokumentation haben wir (8♂/11♀) einen Kommentar formuliert. Folgende zusätzliche Aspekte zu systematischen Schmerzerfassung teilen wir mit:

- **ausführliche Beschreibungen** zu Schmerzdauer, Auslöser, Qualität und Einschränkungen
- **unsere Erklärungsansätze** (z. B. „enorme Wetterumschwung“, „hat mit der Psyche zu tun“)
- **unsere Bewältigungsstrategien** (z. B. „aktive Ablenkung“, „Schmerzmittelauslassversuch zur Vermeidung von Abhängigkeit“, „Geduld üben“, „nicht mehr Jammern wollen“)
- **unsere Sorgen und Fragen** (z. B. Angst vor Sturz/Nebenwirkungen, Fragen zum Zusammenhang von unterschiedlichen Medikamenten)
- **zusätzliche Symptome** (z. B. Schlafstörungen, Unruhe, Niedergeschlagenheit, Schweißausbrüche)

### **FAZIT**

Wir hoffen, dass unsere systematische und strukturierte Schmerzdokumentation und -kommentierung mittels der painApp unsere schmerzbedingten Bedarfe auch im Hinblick auf Aufklärung und Beratung verdeutlicht haben und dass durch den regelhaften Einsatz der painApp in der hausärztlichen Versorgung eine schmerztherapeutische Optimierung unserer chronischen Schmerzen weiterverfolgt wird.

Mit freundlichen Grüßen

*Ihre Patientinnen und Patienten*

