

Wir sind  
für dich da!



*Trau dich immer, mit uns zu sprechen: Auch dazu soll dich die erzählte Geschichte von den Schmerzen rundum eine Operation ermutigen!*



Schmerzen - ja  
muss das denn sein?

Eine Geschichte speziell für Kinder zum Thema:  
Schmerzen rund um eine Operation.



Gemeinsam für Gesundheit

Arnold-Janssen-Straße 29 • 53757 Sankt Augustin

Telefon 02241 249-0 • Telefax 02241 249-402

E-Mail [info.sanktaugustin@asklepios.com](mailto:info.sanktaugustin@asklepios.com) • [www.asklepios.com](http://www.asklepios.com)



Klinik Sankt Augustin

Akademisches Lehrkrankenhaus der Universität Bonn

## Liebe Kinder!

Wenn Ihr krank seid, euch einen Arm brecht oder zum Beispiel eine Blinddarmentzündung bekommt, können plötzlich starke Schmerzen auftreten. Das ist manchmal richtig schlimm und ihr fragt euch vielleicht, warum das so ist.

Schmerzen haben tatsächlich eine Aufgabe. Der Körper schlägt Alarm und will euch warnen, dass etwas nicht stimmt. Ist der Arm gebrochen, bedeutet der Schmerz: Bitte bewege den Arm nicht weiter, damit nicht noch mehr kaputt geht! Bei Schmerzen durch eine Blinddarmentzündung sagt euch der Bauch: Ich brauche Ruhe und Hilfe! Hilfe bringt dann nur eine Operation, bei der euer Blinddarm entfernt werden muss. Ihr seht: Schmerzen sind Teil der Sprache eures Körpers.

Zum Glück können wir - die Ärzte und Pflegekräfte - etwas gegen Schmerzen tun: Wenn ihr verletzt seid - vor einer Operation, währenddessen oder auch danach. In diesem Heft erzählen wir euch daher die Geschichte von den Schmerzen rundum eine Operation und hoffen, dass damit viele eurer Fragen beantwortet werden.



Euer  
Dr. Ehrenfried Schindler  
und die Ärzte und Pfleger  
in der Asklepios Klinik Sankt Augustin

## Die Schmerzen vor einer Operation

Wenn Du zu uns ins Krankenhaus kommst, wissen wir, dass in Deinem Körper etwas repariert werden muss. Die Schmerzen, die du empfindest, haben ihre Aufgabe erfüllt und sind nun überflüssig geworden. Nur leider gehen sie oft nicht von selbst wieder weg!

## Wir kriegen Schmerzen klein.

Deshalb helfen wir dir nun mit Schmerzmedikamenten: Oft sind das Zäpfchen, manchmal auch Saft oder Tabletten. Wenn Du ganz, ganz starke Schmerzen hast, helfen wir Dir schnell mit einer Schmerzspritze. Das piekt einmal etwas gemein, doch die schlimmen Schmerzen verschwinden!

Vielleicht ist Deine Krankheit aber auch so, dass Du nicht direkt operiert werden kannst. In diesem Fall kann es sein, dass du regelmäßig Zäpfchen oder Saft gegen Schmerzen bekommst: Damit du bis zu deiner Operation schmerzfrei bist.



## Wenn du nach einer Operation Schmerzen hast...

Wenn Schmerzen nach einer Operation auftreten, sagen wir Ärzte und Pflegekräfte: Du hast „postoperative“ Schmerzen. Das kann vorkommen, obwohl du wie jeder Patient, genau so operiert worden bist, wie es für dich am besten ist. Die Schmerzen haben jetzt die Aufgabe, dir zu sagen, dass du dich schonen sollst. Wir sagen dir das auch, deshalb machen wir die Schmerzen so klein, dass du sie gut aushalten kannst.

## Der „Anti-Schmerzen-Plan“

Wir können vieles gegen Schmerzen tun: Was wir für dich tun, hängt von deiner Operation ab. Zuerst besprechen wir Ärzte mit dir und deinen Eltern, welche „Schmerzweg-Methode“ zu dir passt und machen dann einen „Anti-Schmerzen-Plan“.

Vielleicht reicht es nach der Operation aus, wenn du eine Zeit lang regelmäßig oder nur wenn es weh tut, Zäpfchen, Saft oder Tabletten bekommst. Es gibt aber auch Operationen - etwa an der Hüfte oder am Bauch - von denen wir vorher wissen, dass du nachher starke Schmerzen haben wirst. Dann überlegen wir schon vor der Operation gemeinsam, was wir nachher gegen deine Schmerzen unternehmen.

## Kleine Pumpe und nichts tut weh

Während du noch in der Narkose schläfst, können wir einen winzigen Schlauch in deinen Rücken legen. Das tut dir nicht weh. Mit einer kleinen Pumpe befördern wir einige Tage lang ein Schmerzmedikament durch den Schlauch in deinen Körper. Sind die Schmerzen weg, entfernen wir den Schlauch wieder: Auch das tut nicht weh.

Manchmal wird der Schlauch in das Bein oder den Arm gelegt. Bei manchen Operationen wird dann nur einmal ein Schmerzmedikament gespritzt werden, das für einige Stunden den Schmerz wegnimmt. Es kann aber sein, dass sich der Arm oder das Bein dann ein bisschen wie eingeschlafen anfühlt.

Manche Kinder dürfen die kleine Pumpe, die das Schmerzmedikament durch den Schlauch pumpt, mit einem Druckknopf selbst bedienen. Das ist fast wie bei einem Game-Boy. Vielleicht geht das auch bei dir. Natürlich haben wir vorher die richtige Menge an Schmerzmittel für dich und jeden Knopfdruck eingestellt!



## Gemeinsam stark gegen Schmerzen

Nach der Operation kommen wir dich noch einige Tage zweimal täglich besuchen: Wir nennen uns dann „der Schmerzdienst“. Bei jedem Besuch, unserer „Visite“, überlegen wir mit dir und deinen Eltern gemeinsam, ob deine Behandlung gegen die Schmerzen noch gut genug hilft oder ob wir etwas ändern müssen.

## Genau messen, richtig helfen

Wir helfen dir, wieder gesund zu werden. Du hilfst uns, damit wir das schneller schaffen. Dazu gehört auch, dass wir deine Schmerzen messen. Wir fragen daher ständig nach: Hast du Schmerzen? Wenn ja, wie stark sind die Schmerzen? So erfahren wir, ob deine Behandlung richtig hilft.

Wenn du schon älter bist, zeigen wir Dir vielleicht eine Art Lineal, das verschiedene Gesichter zeigt. Jedes Gesicht drückt etwas aus: von „Mir tut nichts weh“ bis „Ich habe große Schmerzen“. Du musst dann ein Gesicht auswählen, das dein Schmerzgefühl am besten beschreibt.

Bist du schon richtig groß, zeigt das Lineal nur Zahlen von null bis zehn. Hier ordnest du die Stärke deiner Schmerzen ein: Null bedeutet „schmerzfrei“. Die Zahl 10 bedeutet: Ich habe unerträgliche Schmerzen. So erfahren wir genau, wie es dir geht und können dir richtig helfen.

## Das kannst du selbst tun!

Du kannst selbst viel gegen deine Schmerzen machen: Daran musst du immer denken. Du bist dem Schmerz nicht hilflos ausgeliefert. Es kann dir helfen, die schmerzende Stelle zu wärmen oder zu kühlen. Oft ist es gut, das kranke Bein oder den Arm hochzulegen - etwa auf ein Kissen.

## Deine Strategie gegen Schmerzen

Ganz wichtig sind die „kleinen Tricks“ wie

- sich bei Schmerzen abzulenken.
- sich etwas Gutes zu tun, wenn es gerade weh tut.
- sich für „bestandene“ Schmerzen zu belohnen.
- sich verwöhnen zu lassen.

Deine Eltern können dich an nicht schmerzenden Stellen mit Öl einreiben oder leicht massieren. Der Duft des Öls kann dich entspannen und die „Streicheleinheiten“ sind auch klasse!

Reden hilft auch - zum Beispiel über Schmerzen, von denen du schon weißt, dass sie auftreten werden. Lass Dir genau erklären, was auf dich zukommt. Schau dir Bücher an. Spiele die Situation mit anderen durch. Male ein Bild der Situation, wie du sie dir vorstellst. Je mehr du weißt, desto weniger Angst wirst du haben!

Mach dich nicht verrückt, lege dir aber schon vorher eigene Tricks und Strategien zurecht, mit denen du dir die Situation mit Schmerzen erleichtern kannst.

Frage uns Löcher in den Bauch - zum Beispiel auch, ob dir „Homöopathie“ und „Akupunktur“ helfen können: Wenn ja, besprechen wir das mit dir.

