

Inhalt

Dossier

- 6 Der Schmerz hat viele Gesichter Andreas Heller
- 9 Das Schmerzpuzzle Martina Egan Moog
- 14 Der Sinn des Schmerzes
Über kulturelle Codierungen des Schmerzes
Helmut Bachmaier ▶
- 17 Schmerzchronifizierung Jürgen Georg
- 20 Damit die Beine nicht schmerzen...
15 Minuten Kräftigung für die Venen Elvira Tschan ▶
- 22 Schmerzhafte Virusinfektion Silvia Klein
- 24 Aufschrei der Seele Thomas Hax-Schoppenhorst
- 27 Sich sorgen... Gabriele Vef-Georg
- 28 Pflegediagnose chronische Sorgen Gabriele Vef-Georg
- 30 Entspannung gegen den Schmerz Elke Steudter
- 32 Schlaraffenland
Innovation am Arbeitsplatz Elvira Tschan
- 34 Schmerzerfassung bei Demenz
Buchtipps Sylke Werner
- 35 Wenn die Socken in die Haut wachsen
Professionelles Umgehen mit Ekel Franz Sitzmann
- 38 Spülen chronischer Wunden Franz Sitzmann

Palliative Care

- 40 Ich sehe deine Tränen
Abschiedsschmerz am Lebensende, Trauern und Trost
Matthias Mettner ▶

Spitex

- 44 Ganzheitliche Sichtweise
Homöopathie in der Schmerz- und Wundbehandlung
Susan Bachmann

Bildung

- 46 Schmerzgrenzen beim Lernen und Studieren
Ruth Frei, Simona Pias, Janine Frei, Martina Christen,
Nicole Schlüssel, Pia Hüssi
- 50 Ein Lehrabbruch ist keine Katastrophe Anna Trüeb
- 51 Nutzen Sie die letzte Gelegenheit!
Passerelle-Programme zum Diplommiveau I
in Gesundheits- und Krankenpflege Ursula Streuli
- 52 Wie das Lernen leichter wird Christiane Rautenberg



Zur Titelseite
Auch wenn sie
längst vorbei sind –
Schmerzen und
Wunden hinterlassen
Spuren.

Fotografie
und Bearbeitung:
Mathias Frenzel



► Der Sinn des Schmerzes

Der Schmerz ist nicht nur ein Signal für die Unregelmässigkeiten, die im Körper passieren. Schmerzzeichen werden je nach Erfahrung und kulturellem Standard anderes interpretiert. 14



► Damit die Beine nicht schmerzen

Lange sitzen, wie es viele Menschen in Altersinstitutionen tun, ist Gift für die Venen. Bewegen heisst das Schlüsselwort. Denn vorbeugende Massnahmen sind wichtig, um Probleme zu verhindern. 20



► Ich sehe deine Tränen

Wer von einer unheilbaren, lebensbedrohlichen oder chronisch fortschreitenden Krankheit betroffen ist, muss sich mit schmerzhaften Verlusten und Ängsten auseinandersetzen. Was im Zusammenhang damit auch auf die Angehörigen hereinbricht ist eine Gratwanderung zwischen Hoffnung und Verzweiflung. 40