



**Drei-Burgen-Klinik**

Fachklinik für Herz- und Kreislauferkrankungen / Orthopädie



# **ISOR**

**Interdisziplinäre Schmerztherapie  
in der orthopädischen Rehabilitation**

**Dr. med. A. Zucker, CÄ Orthopädie/Rheumatologie**

# ISOR

Interdisziplinäre Schmerztherapie  
in der orthopädischen Rehabilitation



**Drei-Burgen-Klinik**

Fachklinik für Herz- und Kreislauferkrankungen / Orthopädie

# ISOR

# Interdisziplinäre Schmerztherapie in der orthopädischen Rehabilitation

# Das Problem



Drei-Burgen-Klinik

Fachklinik für Herz- und Kreislauferkrankungen / Orthopädie

In der orthopäd. Rehabilitation zeigt sich immer häufiger das Problem, dass bei Patienten mit Schmerzsyndromen, die über längere Zeit persistieren, Prozesse der **Schmerzchronifizierung** angestoßen werden. Diese erschweren oder blockieren den beruflichen Rehabilitationsprozess. Mit dem Rückzug aus dem beruflichen und privaten Alltag verschärft sich die **sozialmed. Konfliktsituation**. Die zahlenmäßig **größte** davon betroffene **Gruppe** sind die Patienten mit **Rückenschmerzen** (Basler et al. 2003). In den letzten Jahren hat die Anzahl der wegen Rückenschmerzen eingeleiteten Reha-Verfahren ständig zugenommen. 20% der Fehltage am Arbeitsplatz werden auf Rückenschmerzen zurückgeführt (Raspe 1993).

# Die Lösung



Drei-Burgen-Klinik

Fachklinik für Herz- und Kreislauferkrankungen / Orthopädie

Die **ISOR** bietet einen Rehabilitationsansatz, der Patienten befähigt, die Prozesse der

- **Schmerzchronifizierung** zu **verstehen**,
- sie **zurück zu entwickeln** und
- adäquate **Bewältigungsstrategien** zu **erwerben**,

mit dem Ziel der **Wiedereingliederung** ins Arbeitsleben und der damit verbundenen sozialen Akzeptanz.  
(Konzept der Aktivitäten und Teilhabe der ICF)

Ein weiterer wesentlicher Bestandteil dieses Ansatzes ist die **frühestmögliche Identifikation** der Patienten, die von Schmerzchronifizierung bedroht sind.

# Therapieziele



Drei-Burgen-Klinik

Fachklinik für Herz- und Kreislauferkrankungen / Orthopädie

**Zentrales Ziel** der ISOR ist die Förderung aktiver Teilhabe der Rehabilitanden am gesellschaftlichen Leben, privat wie beruflich, unter Einbezug partiell fortbestehender Belastungen durch Schmerzen.

Damit eng verbunden ist die **Verminderung ihres sozialmedizinischen Risikos** häufiger Arbeitsunfähigkeit oder des vorzeitigen Ausscheidens aus dem Erwerbsprozess.

# Wie erreichen wir das?



Drei-Burgen-Klinik

Fachklinik für Herz- und Kreislauferkrankungen / Orthopädie

## Der verhaltensmedizinische Aspekt

Das **subjektive Krankheitsmodell** der Rehabilitanden soll gemäß des bio-psycho-sozialen Schmerzkonzepts ausdifferenziert bzw. verändert werden.

- weg von passiv-kurativen Behandlungserwartungen (externale Gesundheitskompetenz)
- hin zu aktivem Bewältigungsverhalten (internale Gesundheitskompetenz)

**Bewegungs-Ängste** und **Vermeidungsverhalten** (Schonhaltung) sollen abgebaut werden.

# Wie erreichen wir das?



Drei-Burgen-Klinik

Fachklinik für Herz- und Kreislauferkrankungen / Orthopädie

## Der verhaltensmedizinische Aspekt

Die aktive **Verbesserung** qualitativer und quantitativer Aspekte des subjektiven **Schmerzerlebens** (empfundene Lebensqualität, Schmerzdauer und –intensität) wird angestrebt.

**Selbstwirksamkeitsüberzeugungen** der Rehabilitanden im Hinblick auf eine normale Alltagsbewältigung trotz bestehender Schmerzbeschwerden sollen gestärkt werden.

# Wie erreichen wir das?



Drei-Burgen-Klinik

Fachklinik für Herz- und Kreislauferkrankungen / Orthopädie

## Der sozialmedizinische Aspekt

**Inadäquate Erwartungen** an und **falsche Vorstellungen** über das **Versorgungssystem** sollen verändert werden.

Die **Motivation und Kompetenz der Rehabilitanden** zur **Verbesserung der Rahmenbedingungen** für eine adäquate **gesellschaftliche Partizipation** soll gestärkt werden.

Als wesentlicher Aspekt davon soll insbesondere die Motivation und die Kompetenz **in Hinblick auf** eine Verbesserung der Rahmenbedingungen für eine **berufliche Wiedereingliederung** gestärkt werden.



# Wie erreichen wir das?



Drei-Burgen-Klinik

Fachklinik für Herz- und Kreislauferkrankungen / Orthopädie

## Der bewegungs- und ergotherapeutische Aspekt

**Biomechanische Funktionsdefizite**, die sich aus strukturell-morphologischen (degenerativ, entzündlich oder traumatisch bedingt) oder myostatischen Veränderungen entwickelt haben, **sollen abgebaut werden.**

**Bewegungs-Ängste** und **dysfunktionales Vermeidungsverhalten** (Schonhaltung) **sollen** - durch die eigene positive Körpererfahrung und durch die Erfahrung des nur geringen bzw. fehlenden Zusammenhangs zwischen Bewegung und (chronifiziertem) Schmerz - **überwunden werden.**

# Ein- und Ausschlusskriterien



Drei-Burgen-Klinik

Fachklinik für Herz- und Kreislauferkrankungen / Orthopädie

Die Zielgruppe von ISOR sind Personen mit **chronischen Rückenschmerzen** von **mindestens 3-monatiger Dauer** und einem **erhöhten sozialmedizinischen Risiko:**

- **Lange Arbeitsunfähigkeitszeiten im zurückliegenden Jahr**
- **Wiederholte Arbeitsunfähigkeitszeiten in den vergangenen Jahren**
- **Subjektiver Sorge um Arbeitsplatzverlust**
- **Befristetes Arbeitsverhältnis**
- **Bestehende Arbeitslosigkeit**

# Ein- und Ausschlusskriterien



Drei-Burgen-Klinik

Fachklinik für Herz- und Kreislauferkrankungen / Orthopädie

## Kontraindikation:

- **Rentenverfahren im Widerspruchsverfahren**
- **unzureichender Kenntnis der deutschen Sprache**
- **Operationsbedürftigkeit**
- **Einschränkung der Trainingsbelastbarkeit aufgrund schwerwiegender somatischer Komorbidität sowie schwerem psychosomatischen oder psychiatrischen Krankheitsbild**

# Begutachtungs- und Bewilligungsverfahren



Drei-Burgen-Klinik

Fachklinik für Herz- und Kreislauferkrankungen / Orthopädie

- Rehaanträge werden auf sozialmedizinische und versicherungsrechtliche Voraussetzungen geprüft.
- Der ärztliche Prüfdienst trifft eine grobe Vorauswahl, wobei zuvor genannte Kriterien zugrunde liegen.
- Die ausgewählten Akten werden an die DBK mit einer speziellen Kennzeichnung übersandt.

# Vorfelddiagnostik und Einladung



Drei-Burgen-Klinik

Fachklinik für Herz- und Kreislauferkrankungen / Orthopädie

- Sichtung der Akten durch die CÄ der Abteilung für Orthopädie/Rheumatologie
- Persönliches Anschreiben mit Screening-Fragebögen
  - DGSS (Deutscher Schmerz-Fragebogen) – ein standardisiertes Dokumentationsinstrument zur Schmerzanamnese
  - FABQ (Fragebogen zu Angstvermeidungs-Überzeugungen) – guter Prädiktor der subjektiv erlebten Beeinträchtigungen
  - FBTM-R (Fragebogen zur berufsbezogenen Therapiemotivation)
- Die zurückgesandten Unterlagen werden im Hinblick auf differenzielle Zuweisung ausgewertet.

# Behandlungsdauer



Drei-Burgen-Klinik

Fachklinik für Herz- und Kreislauferkrankungen / Orthopädie

- Aufgrund der bereits fortgeschrittenen Krankheitsprozesse, insbesondere
  - ausgeprägte allg. Dekonditionierung
  - dysfunktionale Bewältigungsstrategien
  - Angst vor Aktivität und Schmerzist eine höhere Intensität und Komplexität der Behandlung erforderlich.
  
- Deshalb ist ein regulärer stationärer Behandlungszeitraum von 5 Wochen vorgesehen.

# Therapiebausteine



Drei-Burgen-Klinik

Fachklinik für Herz- und Kreislauferkrankungen / Orthopädie

- **Einführungsmodul**
- **Zentrale Therapiebausteine**
- **Regelmäßige Therapiebausteine**
- **Fakultative Therapiebausteine**

## „Schmerz und Schmerzchronifizierung“

Dieses Modul dient der Einführung der Patienten in das ISOR-Programm. Diplom-Psychologen, Sozialarbeiter und Ärzte des ISOR-Teams vermitteln in **vier zeitnah aufeinander folgenden Kleingruppen-Seminaren** die Grundlagen, Ziele und Inhalte der Rehabilitationsmaßnahme. Bestehende Erwartungen der Patienten an die Rehabilitation werden hierbei thematisiert und ggf. modifiziert.



## „Schmerz und Schmerzchronifizierung“

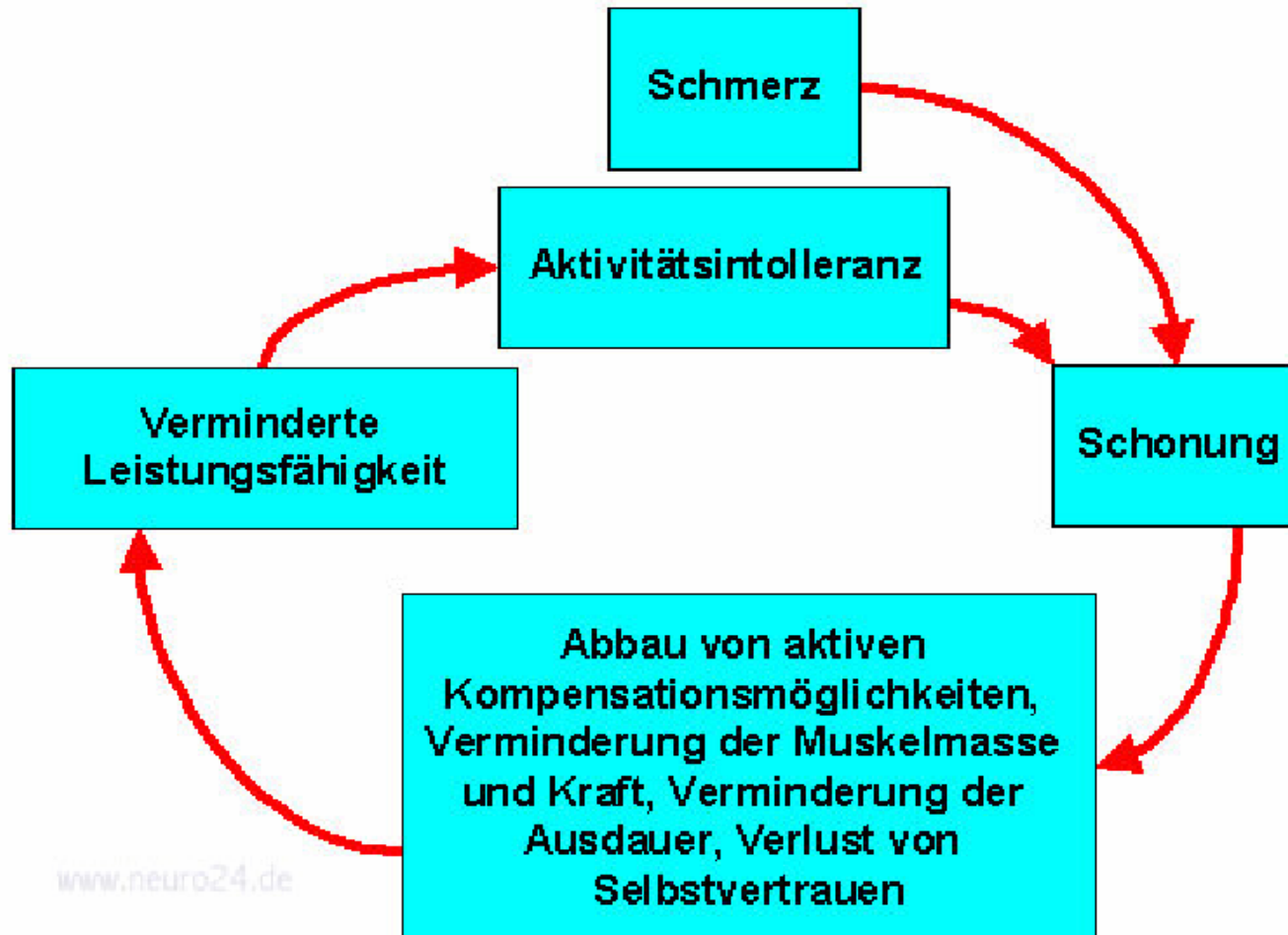
Thematisch vermittelt das Einführungsmodul zum einen grundlegendes Wissen über

- **Entstehung und Funktion von Schmerzen**, sowie über
- **Mechanismen der Schmerzchronifizierung**,

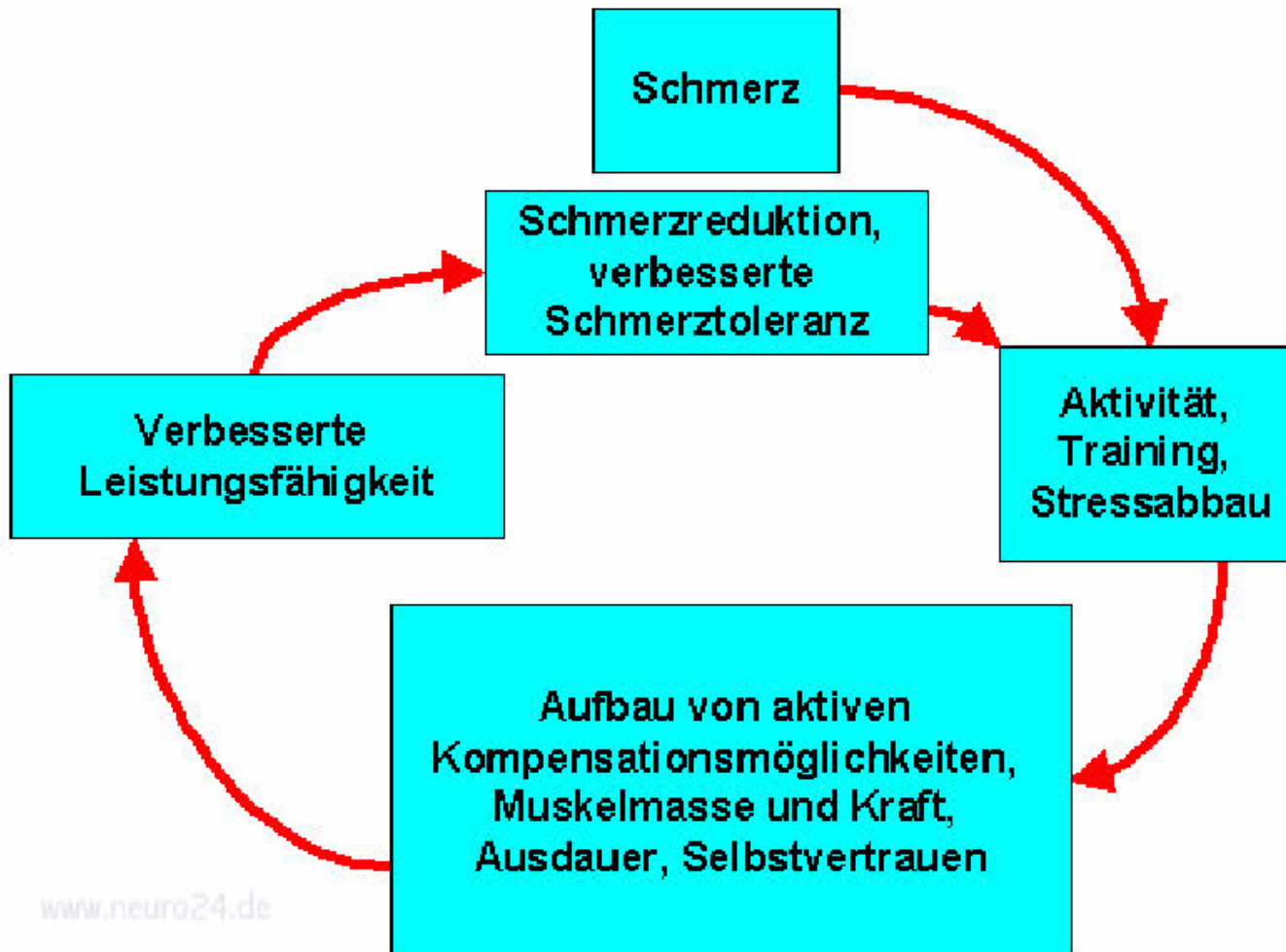
die anhand von Alltagsbeispielen und über Lehr-Videos persönlich verbindlich und lebensnah vermittelt werden.

Die Inhalte konvergieren in der Formulierung eines **bio-psycho-sozialen Modells** der Entstehung und Aufrechterhaltung chronifizierter Schmerzen.

## Spontaner Dekonditionierungszyklus bei Schmerzpatienten



## Therapeutischer Rekonditionierungszyklus bei Schmerzpatienten





## Prinzipien der Behandlung

- Regelmäßige körperliche **Aktivität** und langfristige **Veränderung des Verhaltens** sind notwendig, um Rückenschmerzen langfristig zu verbessern.
- **Passive** Behandlungsmaßnahmen, wie Massage oder Wärmeanwendungen, können **kurzfristig** hilfreich sein, um die Symptome zu lindern. Eine langfristige Verbesserung des Krankheitsbildes ist nicht nachgewiesen.
- Vollkommene **Schmerzfreiheit** ist **nicht** Bedingung für Alltagsaktivitäten und Arbeitsfähigkeit.  
(**Selbstwirksamkeitsüberzeugungen**)

## Prinzipien der Behandlung

- **Körperliche Arbeit** trägt nur bei **sehr** ungünstigen Bedingungen (sehr schwere Arbeit, Arbeit in ungünstigen Körperhaltungen) zum Rückenschmerz bei und schadet der Wirbelsäule.
- Die normalen Aktivitäten des täglichen Lebens, auch die beruflichen Tätigkeiten sollten **frühzeitig** aufgenommen werden.

# Einführungsmodul- sozialmedizinische Konflikte



Drei-Burgen-Klinik

Fachklinik für Herz- und Kreislauferkrankungen / Orthopädie

- Als **weiterer Schwerpunkt** werden die aus der Lebenssituation mit chronischen Schmerzen resultierenden **sozialmedizinischen Konflikte** thematisiert und die Patienten für die nachfolgenden spezifischen psycho-edukativen Seminare zu dieser Thematik sensibilisiert und interessiert.
- Es geht um die **Enttabuisierung und offene Behandlung eines potentiell bestehenden Rentenwunsches** und um die frühzeitige Erwartungssetzung, dass die Themen Rente, Rentenwunsch, sozialrechtliche Aspekte und darauf aufbauende Handlungsmöglichkeiten wichtiger Teil des Seminarprogramms sein werden.

# Therapiebausteine



Drei-Burgen-Klinik

Fachklinik für Herz- und Kreislauferkrankungen / Orthopädie

- **Einführungsmodul**
- **Zentrale Therapiebausteine**
- **Regelmäßige Therapiebausteine**
- **Fakultative Therapiebausteine**

# Zentrale Therapiebausteine - Module -



**Drei-Burgen-Klinik**

Fachklinik für Herz- und Kreislauferkrankheiten / Orthopädie

**„Mut zur Veränderung – Wege der Schmerzbewältigung“**

\*

**„Psychosoziale Unterstützung für Beruf und Alltag“**

\*

**„Mut zur Bewegung – Die Bewegungsschule“**



# Zentrale Therapiebausteine - Modul -



Drei-Burgen-Klinik

Fachklinik für Herz- und Kreislauferkrankungen / Orthopädie

## „Mut zur Veränderung – Wege der Schmerzbewältigung“

- Dieses Modul zielt auf die fundierte und praktisch orientierte Vermittlung von Schmerzmanagementstrategien sowie auf die übungsgebundene Befähigung zur selbstständigen Anwendung im Alltag.



## „Mut zur Veränderung – Wege der Schmerzbewältigung“

- **Erste** Einheit: **bewegungsorientierter Aspekt** aktiver Schmerzbewältigung. Dabei wird das Verständnis für die Ziele, das methodische Vorgehen und die Regeln des bewegungstherapeutischen Trainingsprogramms vermittelt, das bei allen Patienten jetzt beginnt.
- **Zwei** weitere Einheiten: **medizinische und körperorientierte Aspekte** der Schmerzbeeinflussung, deren Möglichkeiten und deren Grenzen. Hier stehen pharmakologische und apparativ unterstützte Methoden sowie Akupunktur im Vordergrund.

# Zentrale Therapiebausteine - Modul -



Drei-Burgen-Klinik

Fachklinik für Herz- und Kreislauferkrankungen / Orthopädie

## „Mut zur Veränderung – Wege der Schmerzbewältigung“

- Vier thematische Einheiten: **psychologische und verhaltensorientierte Aspekte** der Schmerzentstehung und des Schmerzerlebens und bewältigungsorientierte Verhaltensstrategien.

Neben der Schaffung eines vertiefenden Verständnisses für die Rolle von Aufmerksamkeitslenkung, Stimmungslage und über- bzw. unterfordernden Verhaltensmustern wird auf die Formulierung individualisierter Verhaltenspläne zur Förderung von Schmerzbewältigung und Schmerzlinderung, sowie auf Pläne zur Alltagsintegration hingearbeitet.



## „Psychosoziale Unterstützung für Beruf und Alltag“

- **Zuerst** werden Basisinformationen für die Neuangereisten vermittelt. Hierbei sollen folgende Ziele erreicht werden:
  - **Motivierung** der Patienten, sich **aktiv** mit der eigenen beruflichen Situation **auseinander zusetzen** und ggf. alternative Lösungen zur Berentung zu finden.
  - Informationsvermittlung zu Rentenrecht und Praxis der Rentengewährung.



## „Psychosoziale Unterstützung für Beruf und Alltag“

- Im **zweiten Teil** des Moduls kommen die anderen, bereits länger anwesenden Patienten hinzu und berichten im Idealfall modellhaft von ihren gemachten Erfahrungen bei Rehafachberatung, Belastungserprobung oder BOBE. In diesem Zusammenhang werden insbesondere auch die Pläne für die Zeit nach der Entlassung angesprochen.



## „Mut zur Bewegung – Die Bewegungsschule“

- Dieses Moduls baut auf den im Einführungsmodul vermittelten Mechanismen der Aufrechterhaltung von Schmerzen durch **Inaktivität und Schonverhalten** auf.
- Es werden unmittelbar danach beginnend im Rahmen der sport- und ergotherapeutischen Interventionen **individualisierte Ziele und Strategien** zur Wiederherstellung motorischer Funktionen entwickelt.



### „Mut zur Bewegung – Die Bewegungsschule“

- Orientierung an **wissenschaftlich fundierten, gestuften Trainingsmethoden**. Unter Berücksichtigung rücken- und gelenkschonender Bewegungsabläufe wird der Patient an verschiedene Bewegungs- und Arbeitstechniken herangeführt.
- Entkoppelung passager auftretender Schmerzen von dem Impuls zur Vermeidung von Bewegung.
- Die **verhaltenssteuernde Funktion** des chronischen Schmerzes als Signal zur Bewegungsvermeidung soll durch adaptive Schmerzkonfrontation sukzessive **gelöscht** werden.

# Therapiebausteine



Drei-Burgen-Klinik

Fachklinik für Herz- und Kreislauferkrankungen / Orthopädie

- **Einführungsmodul**
- **Zentrale Therapiebausteine**
- **Regelmäßige Therapiebausteine**
- **Fakultative Therapiebausteine**



# Regelmäßige Therapiebausteine



**Drei-Burgen-Klinik**

Fachklinik für Herz- und Kreislauferkrankungen / Orthopädie

**Einzelberatung durch den Sozialdienst**

\*

**Psychologisches Eingangsgespräch**

\*

**Progressive Muskelentspannung**



## Einzelberatung durch den Sozialdienst

- Nach dem Einführungsmodul erfolgt in den folgenden Reha-Wochen die weiterführende Einzelberatung.
- Abschluss möglichst objektiv nachvollziehbarer Zielvereinbarungen.
- Optional:
  - Information über SWE, GDB, LTA, Kontaktaufnahme mit arbeitsplatznahen helfenden Einrichtungen (Betriebsarzt, betriebl. Eingliederungsmanagement, Integrationsfachdienst, berufsbegleitender Dienst), Reha-Fachberatung, BFW



## Psychologisches Eingangsgespräch

- Kontaktaufnahme innerhalb der ersten beiden Rehatage
- Im Einzelgespräch persönliches Vorstellen der Person und Rolle des Psychologen und der vertiefenden klinischen Eingangsdagnostik
- Ggf. zusätzliche psychometrische Instrumente



## Progressive Muskelentspannung

- Alle ISOR-Patienten erwerben die Fähigkeit zur progressiven Muskelentspannung nach Jacobsen, ergänzt durch imaginative Entspannungstechniken.
- Die Patienten erlernen schmerzassoziierte Muskelverspannungen zu lösen, und positive Erlebenszustände aktiv herbeizuführen.

# Therapiebausteine



Drei-Burgen-Klinik

Fachklinik für Herz- und Kreislauferkrankungen / Orthopädie

- **Einführungsmodul**
- **Zentrale Therapiebausteine**
- **Regelmäßige Therapiebausteine**
- **Fakultative Therapiebausteine**

# Fakultative Therapiebausteine



**Drei-Burgen-Klinik**

Fachklinik für Herz- und Kreislauferkrankungen / Orthopädie

**Psychologisch-Psychotherapeutische Einzeltherapie**

**Hypnotherapeutische Interventionen**

**Akupunktur**

**Physikalische Therapie**

**Ernährungsberatung**









## Wissenschaftliche Evaluation

- Katamnese erfolgt seit September 2008 über das Institut GfQG Karlsruhe mittels 11-seitigem Fragebogen.

- GfQG

Gesellschaft für Qualität im Gesundheitswesen (GbR)

Dr. R. Nübling; Dr. J. Schmidt; A. Steffanowski; D. Kriz

Evaluationsforschung – Versorgungsforschung – Outcomeforschung –  
Routinemonitoring – Patienten-/Mitarbeiterfragebogen – Qualitätsberichte –  
Einrichtungs-/Behandlungskonzepte

- Erste Ergebnisse sind noch in diesem Jahr zu erwarten.

# Zahlen, Daten, Fakten



Drei-Burgen-Klinik

Fachklinik für Herz- und Kreislauferkrankungen / Orthopädie

	Zugänge	Katamnese		Zugänge	Katamnese		Zugänge	Katamnese	
	2007			2008			2009		
		Schreiben	Antwort		Schreiben	Antwort		Schreiben	Antwort
Januar				7	7	2	7		
Februar				8	8	3	18		
März				7	7	4	13		
April				11	11	4	5		
Mai				0	0	0	1		
Juni	7	7	3	6	6	2	10		
Juli	8	8	3	12	12	7	8		
August	0	0	0	12	12	5	0		
September	7	7	4	12	12	4	10		
Oktober	10	10	6	6	6	1	10		
November	8	8	1	18	18	in 2009			
Dezember	0	0	0	6	6	in 2009			
Gesamt	40		17 =42,5%	105		32 =30,5%	82		



- Bisher insgesamt 227 ISOR-Patienten.
  
- Davon bis einschl. 30.06.2009
  - 152 Pat. durch den ärztl. Prüfdienst ausgewählt,
  - 21 Pat. durch DBK ausgewählt,
  - 32 nicht teilgenommen (Screening nicht erfüllt, selbst abgelehnt, 3 Kurabbrüche)
  - 2 ISOR-Pat. Wechsel in reguläres Heilverfahren
  - 1 Pat. Wechsel aus reg. Heilverfahren in ISOR



**Drei-Burgen-Klinik**

Fachklinik für Herz- und Kreislauferkrankungen / Orthopädie



**Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit**