



**Insel Gruppe AG**  
Universitätsklinik für Rheumatologie  
und Immunologie  
Prof. Dr. med. Britta Maurer  
Chefärztin und Klinikdirektorin  
CH-3010 Bern  
+41 31 632 31 70  
anmeldung.rheumapoli@insel.ch  
www.inselgruppe.ch  
www.rheumatologie.insel.ch

0150884\_12/23\_kfig/df

**INSELSPITAL**  
UNIVERSITÄTSSPITAL BERN  
HÔPITAL UNIVERSITAIRE DE BERNE

**RHEUMATOLOGIE  
& IMMUNOLOGIE**

## Multimodale Schmerztherapie

Das Programm setzt sich aus folgenden Bausteinen zusammen:

- Interprofessionelle und ganzheitliche Standortbestimmung
- Aktive Bewegungstherapie
- Alltagstraining
- Eigenständiges Üben des Heimprogramms aus den Therapien
- Körperwahrnehmung
- Entspannungstechniken
- Erarbeitung des Schmerzverständnisses
- Medizinische und medikamentöse Behandlung
- Sozialberatung
- Strategien im Umgang mit Schmerzen
- Standardisierte Überprüfung des Behandlungsverlaufs
- Abschlussgespräch und Planung des weiteren Vorgehens



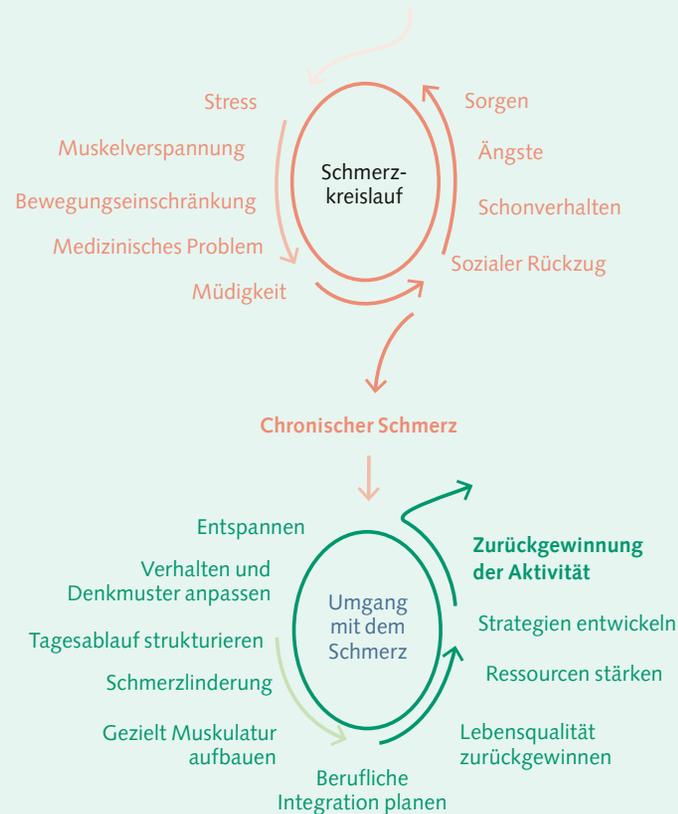
## Leiden Sie seit längerer Zeit unter Schmerzen an den Muskeln, den Gelenken, den Knochen?

Dann könnte Sie die «Multimodale Schmerztherapie» interessieren. Die Universitätsklinik für Rheumatologie bietet für Patientinnen und Patienten, die unter chronischen muskuloskelettalen Schmerzen leiden, ein stationäres Programm an, in welchem Ihnen ein Team aus Expertinnen und Experten verschiedener Berufsgruppen fachlich zur Seite steht.

Ziel des stationären Aufenthalts ist es, gemeinsam mit Ihnen, Ihre körperlichen Probleme und Ihre Ressourcen besser kennenzulernen. Unsere interprofessionell abgestimmte Behandlung ermöglicht eine auf Sie angepasste Therapie.

Bei der «Multimodalen Schmerztherapie» arbeiten Schmerzspezialist:innen aus folgenden Berufen mit Ihnen zusammen: Medizin, Pflege, Physiotherapie, Ergotherapie, Psychologie, Sozialarbeit. Das Programm umfasst körperliches, gedankliches und verhaltensbezogenes Üben.

Schmerz dient als Warnsignal und hat die Aufgabe, den Körper zu schützen. In diesem Fall spricht man von akutem Schmerz. Schmerzen können jedoch aus verschiedenen Gründen chronisch werden und sich zu einer eigenen Krankheit entwickeln. Das Nervensystem wird dann sehr empfindlich und sendet übermäßig viele Impulse an das Gehirn, das diese als Schmerz wahrnimmt. Dieser **chronische Schmerz** hat für Patientinnen und Patienten häufig Auswirkungen auf viele Lebensbereiche.



Das Programm dauert 7 oder 14 Tage. Wir arbeiten mit Ihnen an gemeinsam festgelegten Zielen, die sich in dieser Zeit erreichen lassen. Nach der ersten Woche entscheiden wir mit Ihnen, ob eine zweite Woche sinnvoll ist oder ob Sie Ihre Therapien ambulant weiterführen können. Selbstverständlich unterstützen wir Sie in der Organisation der Anschlussbehandlung.

Wichtig: Sie übernachten bei uns auf der Station. Ein Urlaub ist während dieser Zeit nicht möglich.

