

## Schmerzmessung

### Inhaltsverzeichnis [\[Verbergen\]](#)

#### [1. Das Wichtigste in Kürze](#)

#### [2. Empfehlungen der DGSS](#)

##### [2.1. Schmerzskalen](#)

##### [2.2. Schmerztagebuch/ Schmerzfragebogen](#)

#### [3. Praxistipps](#)

#### [4. Verwandte Links](#)

### 1. Das Wichtigste in Kürze

Grundlage für eine angemessene Schmerztherapie ist die **Diagnose** des Schmerzes. Die Deutsche Gesellschaft zum Studium des Schmerzes fordert sowohl die ärztliche Anamnese und Untersuchung unter Einbeziehung psychosozialer Faktoren als auch die Einschätzung des Patienten. Für die Patienteneinschätzung stehen verschiedene Skalen und Tagebücher zur Verfügung.

### 2. Empfehlungen der DGSS

Die Deutsche Gesellschaft zum Studium des Schmerzes stützt die Beurteilung von Schmerzen auf 4 Eckpfeiler. Die ersten 3 Bereiche werden durch den Arzt beurteilt, der vierte durch den Patienten:

1. Anamnese (Vorerkrankung, Schmerzgeschichte etc.).
2. Klinisch- neurologische Untersuchung.
3. Suche nach psychosozialen Faktoren (Familienanamnese). Psychosoziale Risikofaktoren können einen bedeutenden Einfluss auf die Chronifizierung von Schmerzen haben.
4. Quantitative Beurteilung der Schmerzen durch den Patienten mithilfe eines Schmerztagebuchs, eines Schmerzfragebogens oder einer Schmerzskala. Schmerzen werden vom Patienten subjektiv empfunden. Ohne die Mitwirkung des Patienten ist es für den Arzt schwierig, den Schmerz einzuschätzen. Deshalb ist wichtig, dass der Patient seinen Schmerz erfasst und zum Ausdruck bringen kann.

#### 2.1. Schmerzskalen

Folgende Skalen kommen in der Praxis häufig zum Einsatz:

- **Numerische Rating Skala (NRS)**

Die NRS ist eine linealähnliche Skala mit 10 Segmenten von 0 - 10. Dabei steht die 0 für keinen Schmerz und die 10 für den stärksten Schmerz.

- **Visuelle Analog Skala (VAS)**

Die VAS ist eine linealähnliche Skala. Mit einem Schieber kann der Patient die Intensität von dem Punkt "lachender Smiley = keine Schmerzen" bis "trauriger Smiley = stärkste vorstellbare Schmerzen" angeben. Diese Skala ist für den Patienten sehr gut handhabbar.

- **Verbale Rating Skala (VRS)**

Bei der verbalen Ratingskala kann der Patient eine Schmerzintensität

auswählen aus: nicht vorhandener, leichter, mittlerer, starker und sehr starker Schmerz.



## 2.2. Schmerztagebuch/ Schmerzfragebogen

Die für die Behandlung wichtigen Informationen werden vom Patienten notiert, dies sind: Medikamenteneinnahme, Schmerzstärke, Aussagen über Wohlbefinden und Aktivitäten.

Anhand der erfassten Informationen kann der Arzt die Therapie bestmöglich durchführen.

## 3. Praxistipps

---

- Einen  [Schmerzfragebogen](#) können Sie hier als pdf downloaden.
- Eine kombinierte **Visuelle und Numerische Analogskala** können Sie kostenlos bei verschiedenen Arzneimittelherstellern bestellen.
- **Schmerztagebücher, visuelle und numerische Analogskalen** können Sie kostenpflichtig bestellen bei der Deutschen Schmerzhilfe, Bundesverband, Sietwende 20, 21720 Grünendeich, Telefon 04142 8104-34, Fax 04142 8104-35, E- Mail [geschaefsstelle@schmerzhilfe.org](mailto:geschaefsstelle@schmerzhilfe.org),   
[www.schmerzinfos.de](http://www.schmerzinfos.de).

## 4. Verwandte Links

---

[Chronische Schmerzen](#)

[Migräne](#)

[Chronische Schmerzen > Behandlung und Rehabilitation](#)

[Chronische Schmerzen > Opioidanwendung](#)

[Stufenschema der WHO](#)

[Schmerzarten](#)

Letzte Aktualisierung am 24.11.2009      Redakteur/ in: Sabine Bayer

---

© 2009 [beta Institut gemeinnützige GmbH](#) | [Kontakt](#) | [Impressum](#)