

# «Muss Alter schmerzhaft sein?»

Analgetische Therapieoptionen beim älteren Menschen

# Chronischer Schmerz

medizinisch sinnlos  
verselbständigtetes Leitsymptom

aktiviert **adrenerges System**:

- art. Hypertonie
- Tachykardie
- Vasokonstriktion
- Hyperglykämie
- Immunosuppression

führt Körper an die Grenze  
der Kompensationsfähigkeit

Dauer: (>3)Monate-Jahre



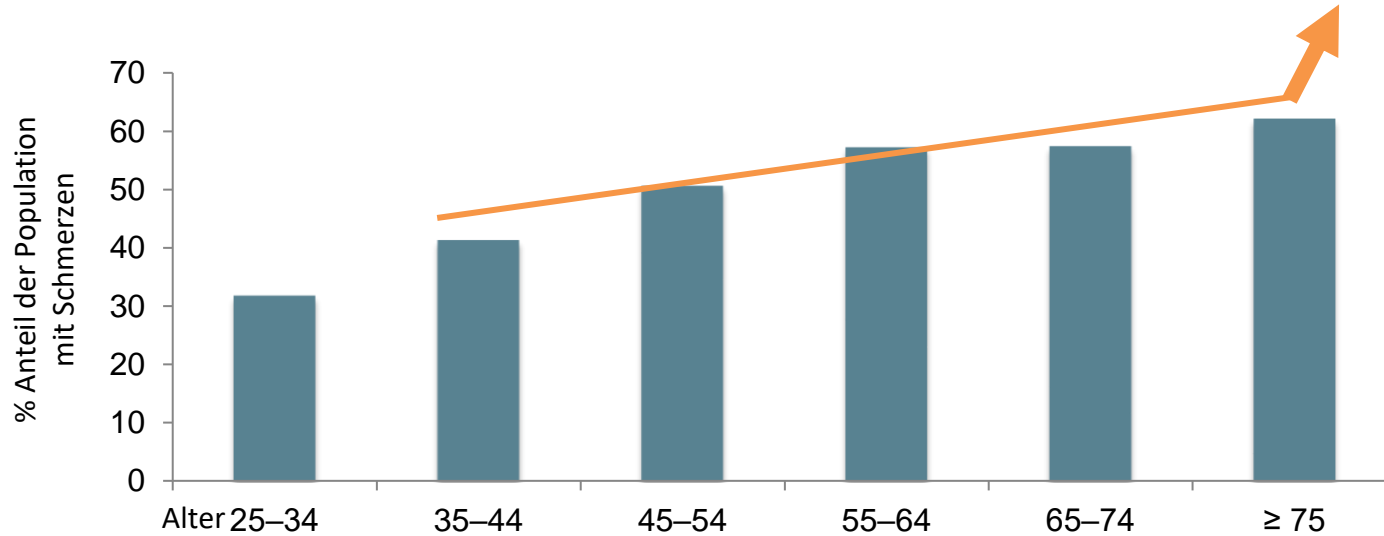
## Schmerzen in der Schweiz:

- jeder 6. Schweizer (16%) leidet an chronischen Schmerzen
- Frauen sind häufiger (55%) von chronischen Schmerzen betroffen
- das Durchschnittsalter der Betroffenen liegt bei 48 Jahren

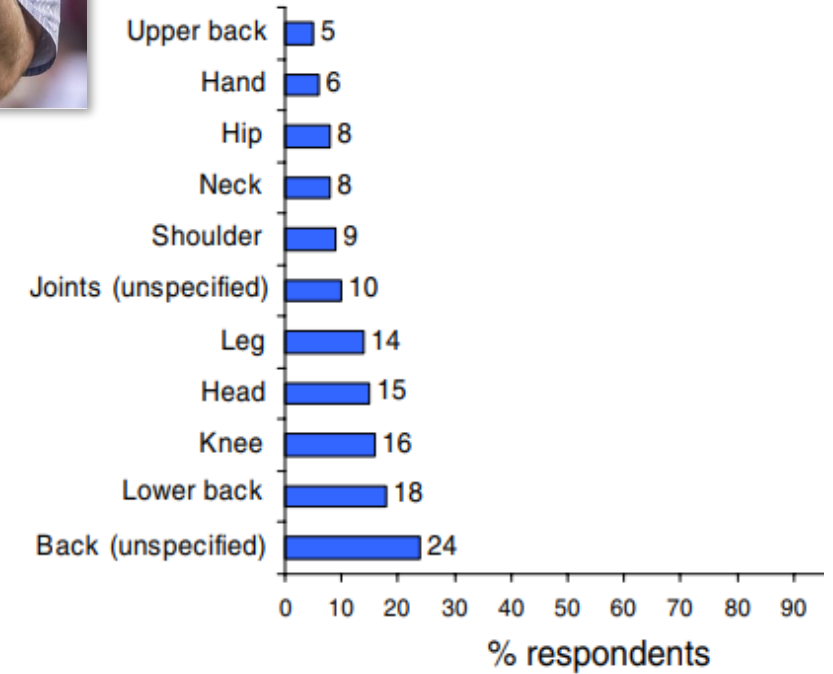
Breivik et al. Survey of chronic pain in Europe. Eur J Pain 10(2006):287-333

## HÄUFIGSTE CHRONISCHE SCHMERZURSACHEN

- Arthrose / Arthritis («Rheuma»)
- Lumbalschmerzen (DH, enger Spinalkanal)
- Kopfschmerzen



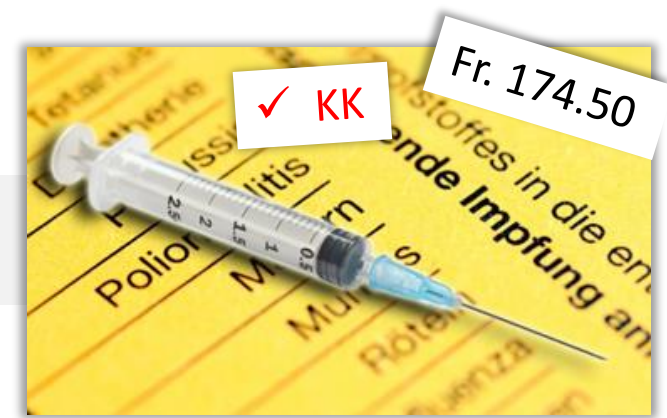
Most common body locations (n = 4835)



Breivik H et al. Survey of chronic pain in Europe: Prevalence, impact on daily life and treatment. Eur J Pain 2006; 10:287-333  
Pergolizzi J et al. Opioids and the management of chronic severe pain in the elderly. Pain Practice 2008;8:287-313

MUSS ALTER SCHMERZHAFT SEIN?

-> BSP. NERVENSCHMERZ: GÜRTELROSE



Shingrix® für alle > 65.LJ bei Immundefizienz bereits > 50. LJ (max. > 18.LJ)

- Totimpfstoff
- 2 x i.m. im Abstand von 2-6 Monaten; falls > 6 Monate -> die 2. Dosis geben (kein Check)
- NW: lokale Reaktion, Müdigkeit, sehr selten Muskelschmerz/Fieber
- auch nach durchgemachtem Zoster -> Shingrix sinnvoll (Rezidiv verhindern)

verringert Inzidenz von Zoster um 92% und die Inzidenz von PHN um 82%

(Zostavax®, attenuierter Lebendimpfstoff, verringert Zosterinzidenz um 50% und PHN um 60%)

BAG/EKIF-Empfehlung (BAG 2023)

1. Gesunde > 65.LJ
2. Immundefizienz (HIV, Tbc, Onko, D.m.)
3. Leukämie, Transplant

MUSS ALTER SCHMERZHAFT SEIN?

# Schmerztherapie

keine Garantie auf  
Schmerzfreiheit bei  
chronischem Schmerz



Entspannung

Autogenes Training  
Psychol. Massnahmen  
Hypnose

Bewegung

Physiotherapie  
lokale Massnahmen  
TENS / TCM

Medikamente

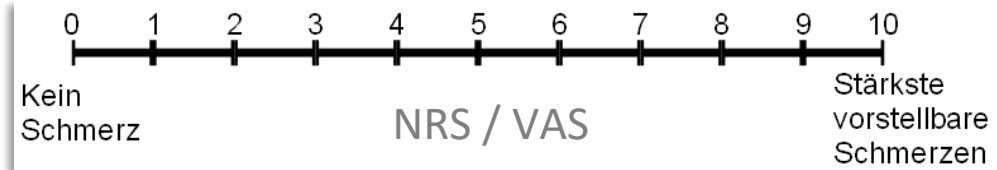


Nicht  
medikamentöse  
Schmerztherapie  
Optionen

- körperliche Aktivität (5 x 30 Min/Woche)
  - Durchbewegen (Physio- & Ergotherapie)
  - Wärme / Kälte / Wickel
  - TCM (Akupunktur)
- 
- Autogenes Training
  - Verhaltensanalyse / Psychol. Betreuung
  - Angehörigenschulung!!

# WHO - Analgesic Ladder

Schmerzmechanismus  
 inflammatorisch  
 neuropathisch  
 nozizeptiv  
 hyperalgetisch



Opioid  
 severe

- Morphin MST **Continus®** **Sevredol®**
- Oxycodon **Oxycontin®** VAS 7 - 10
- Hydromorphon **Palladon®** **Jurnista®**
- Buprenorphin **Temgesic®** **Transtec®**
- Fentanyl **Durogesic®**

Opioid  
 mild-moderat

- Codein VAS 4 - 6
- Tramadol
- (Tilidin)

Non-Opioid  
 Adjuvant

- Panadol® / Novalgin®
- Voltaren®, Brufen®, Algifor®, Arcoxia®
- **Remeron®, Cymbalta®, Cipralelex®, Saroten®** VAS 1 - 3
- **Lyrical®, Neurontin®, Tegretol®**
- Haldol®, Seroquel®, Zyprexa®
- Prednison®, Fortecortin®

Stufe 2 im Alter auslassen  
 (Ausnahme: Codein gegen Husten)

## TOPIISCHE THERAPIE (LOKALE WIRKUNG NUTZEN)

*Akutphase*



**Rp.**  
**weisse**  
**Schüttelmixtur**  
Zink, Talk



**Tannosynt flüssig** oder **Tanno Hermal Lotion**  
Gerbstoff, Phenol, Harnstoff



*Haut intakt !*

**Neurodol® Tissugel** (Lidocainpflaster max. 3 Pflaster/12h)

NW: kaum! Selten Schwindel, Bradykardie, Hypotension

**Capsaicin** Crème/Salbe 0.025-0.1% 3-4 x täglich auftragen

Cave: Primär Schmerzverstärkung, Brennen, Pruritus (Compliance!)

Indikation: Postherpetische Neuropathie

periphere neuropathische Schmerzen



**QUTENZA Pfl 8 % Capsaicin**





## DOSIERUNG IM ALTER

«start low» ev.  $\frac{1}{2}$  Dosis



«go slow»  
langsame Dosissteigerung





# Summary

- ✓ bei chronischen Schmerzen gibt es keine Garantie auf Schmerz-Freiheit!  
Gemeinsam Therapie-Ziel formulieren (Bsp. Arbeitspensum, Treppe, Schlaf..)
- ✓ nicht nur Medikamente -> Beweg Dich Mensch! (Aktivitäts-Diary)!
- ✓ der Schmerzmechanismus (Diagnose!) bestimmt die Medikamentenwahl
- ✓ im Alter meist «gemischtes Schmerzbild»: Kombinationstherapien sinnvoll,  
ermöglichen tiefere Dosen.
- ✓ wegen Begleiterkrankungen ist immer eine individuelle Lösung gefragt!!