



Spital Affoltern

*familiär -
nah -
persönlich*

MULTIMODALE SCHMERZTHERAPIE (MMST)

Lebensqualität trotz Schmerzen?

Multimodale Schmerztherapie (MMST)

Die MMST ist eine fachübergreifende Schmerzbehandlung. Während eines dreiwöchigen stationären Aufenthalts werden die Patienten ganzheitlich behandelt. Das Ziel ist, die Patienten hinsichtlich ihrer Schmerzen und des Umgangs damit zu schulen, sie körperlich zu aktivieren und verhaltenstherapeutische Massnahmen einzuleiten.

Wer braucht MMST?

- Patienten mit bestehender oder drohender Beeinträchtigung der Lebensqualität und/oder der Arbeitsfähigkeit
- Patienten mit schmerzunterhaltenden psychischen Begleiterkrankungen, aber auch mit gravierenden, somatischen und psychiatrischen Begleiterkrankungen
- Bei fehlgeschlagenen früheren, unimodalen Schmerztherapien

Ziele der MMST

- Verbesserung der Funktionalität im Alltag und Arbeitsleben
- Verhinderung eines Voranschreitens der Chronifizierung des Schmerzes
- Verbesserung der Lebensqualität (trotz Schmerzen)
- Schmerzlinderung
- Psychische Stabilisierung
- Ressourcenaktivierung
- Problembewältigung

Stationärer Aufenthalt

Der Aufenthalt im Spital Affoltern dauert drei Wochen. Zu einem späteren Zeitpunkt – ca. 6 bis 12 Monate später – erfolgt eine Refresher-Woche.

Vor der Behandlung finden zwei Vorgespräche mit einer ärztlichen und einer psychotherapeutischen Fachperson statt. Dabei werden die körperlichen und psychischen Voraussetzungen für die Teilnahme an der Multimodalen Schmerztherapie (MMST) überprüft.

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wurde in dieser Publikation auf die geschlechtsspezifische Unterscheidung verzichtet.

Behandlungselemente der MMST

Die MMST-Behandlung wird individuell auf den einzelnen Patienten und seine Bedürfnisse zugeschnitten und umfasst folgende Therapien, die einzeln oder in Gruppen erfolgen:

Medizin

- Ärztliche Einzeltherapie
- Komplementärmedizinische Einzeltherapie
- Gruppentherapie Schmerzedukation
- Vortrag für Angehörige

Physiotherapie

- Medizinisch Therapeutisches Training MTT
- Nordic Walking
- Entspannungstherapie (Progressive Muskelrelaxation PMR)
- Ergotherapie

Psychotherapie

- Einzelgespräche
- Psychotherapeutische Gruppentherapien (Emotionsregulationstherapie, Entspannungsverfahren, achtsamkeitsbasierte Bewegungstherapie, Psychotherapeutische Gesprächsgruppe)

Ausschlusskriterien

Patienten können am Therapieprogramm nicht teilnehmen, wenn ...

- eine Teilnahme an den Gruppen- und Einzeltherapien aus körperlichen, sprachlichen oder psychischen Gründen nicht möglich ist
- das Ziel eine Medikamenten-entwöhnung ist
- ein laufendes IV-Rentenverfahren besteht

Gerne erteilen wir erste Informationen an direkt Betroffene, den behandelnden Arzt, Physiotherapeuten oder an Angehörige. Die Anmeldung erfolgt via Selbsteinweisung oder durch den behandelnden Arzt.

Spital Affoltern AG

Sekretariat Innere Medizin
Sonnenbergstrasse 27
8910 Affoltern a. A.

Telefon 044 714 27 27
sekretariat-medizin@spitalaffoltern.ch

Spital Affoltern AG

Sonnenbergstrasse 27

8910 Affoltern a. A.

Telefon 044 714 21 11

kontakt@spitalaffoltern.ch

www.spitalaffoltern.ch

