



Liebe Lehrperson

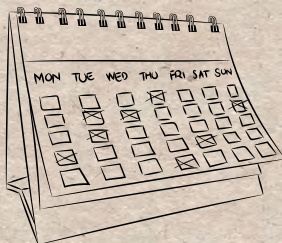
BEI EINER IHRER SCHÜLERINNEN ODER EINEM IHRER SCHÜLER WURDEN CHRONISCHE SCHMERZEN DIAGNOSTIZIERT. DA DIESE DIAGNOSE DEN ALLTAG STARK BEEINFLUSSEN KANN, MÖCHTEN WIR IHNEN MIT DIESEM SCHREIBEN HILFREICHE INFORMATIONEN ZUKOMMEN LASSEN, UM SIE UND DIE BETROFFENE PERSON BESTMÖGLICH ZU UNTERSTÜTZEN. VIELEN DANK BEREITS JETZT FÜR IHR ENGAGEMENT UND IHR INTERESSE!

FACTSHEET CHRONISCHE SCHMERZEN

Chronische Schmerzen dauern an und kehren wieder. Der Begriff wird verwendet, wenn Schmerzen während mindestens drei Monaten auftreten. Am häufigsten kommen Kopf-, Bauch-, Rückenschmerzen oder Schmerzen des Bewegungsapparats vor.



5-8% von ihnen so sehr, dass ihr Alltag stark beeinträchtigt ist.



Kinder und Jugendliche mit chronischen Schmerzen haben viele Arzttermine und sie fehlen häufig in der Schule. Sie erleben regelmässig Momente der Angst, Frustration und Überforderung. Dies ist auch für ihr Umfeld sehr belastend.

Oft treten chronische Schmerzen auch dann noch auf, wenn der organische Auslöser nicht mehr spürbar ist oder ein solcher gar nie festgestellt werden konnte. Deshalb ist der Weg zu effizienter Hilfe mühsam und lang. Wichtig ist, jede Wahrnehmung und Äusserung von Schmerz ernst zu nehmen und therapeutisch individuell vorzugehen.

Typisch ist, dass sich chronische Schmerzen nicht auf eine einzige Ursache zurückführen lassen. Meistens handelt es sich um eine Kombination von körperlichen, psychischen und sozialen Faktoren. Chronische Schmerzen sind kein Symptom einer Krankheit, sondern eine eigenständige Erkrankung.

Zu Beginn liegt der Fokus auf der Schmerzlinderung. Auf dem weiteren Weg bewähren sich individuell angepasste Therapien, die breit angelegt sind und Körper, Psyche und Soziales einschliessen. Ziel der Behandlung ist nicht nur die Schmerzfreiheit. Auch die Bewältigung des Alltags ist zentral: In die Schule und das Sozialleben zurückzukehren, sich regelmässig bewegen, gut schlafen und Bewältigungsstrategien erlernen. Besonders hilfreich ist, wenn die Betroffenen selbst aktiv zur Verbesserung beitragen können.

Konkrete
Informationen
zur Diagnose
Ihres Schülers /
Ihrer Schülerin



Patient/in:

(Vorläufige) Diagnose:

Was fällt der Person im (Schul)Alltag aufgrund der Schmerzen schwer?

- ☐ Körperliche Aktivitäten im Sportunterricht
- ☐ (Längeres) Sitzen
- ☐ (Längeres) Stehen
- ☐ (Längeres) Laufen
- ☐ Keine Möglichkeit, sich hinzulegen
- ☐ Konzentration
- ☐ Nachholen des verpassten Schulstoffes
- ☐ Leistung nicht abrufen können
- ☐ Soziale Integration
- ☐ Teilnahme an Klassenfahrten / Lager
- ☐ Angst vor Stigmatisierung
- ☐ Tragen von Schulmaterialien
- ☐ Schreiben von Hand
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐

Für die kognitive und soziale Bildung ist es wichtig, dass Betroffene auch mit Schmerzen in die Schule gehen können. Bitte unterstützen Sie Ihre Schülerin / Ihren Schüler im Umgang mit den Schmerzen in der Schule. Die nebenstehende Liste wurde im Gespräch mit den Betroffenen ausgefüllt. Je nach Bereich kann die jeweilige Tätigkeit im konkreten Fall entweder gar nicht ausgeführt, nur teilweise erledigt oder nach eigenem Ermessen durchgeführt werden. Wir möchten Sie bitten, das Gespräch mit Ihrem Schüler / Ihrer Schülerin zu suchen und die Schmerzen und Anliegen ernst zu nehmen. Als Lehrperson haben Sie die Möglichkeit, einen grossen Einfluss auf das Leben und die Bewältigung des Alltags dieser Person zu nehmen.

**VIELEN DANK FÜR IHRE
UNTERSTÜTZUNG UND IHR ENGAGEMENT!
BEI FRAGEN FREUEN WIR UNS ÜBER EINEN
PERSÖNLICHEN AUSTAUSCH.**

Betreuende Fachperson: (Stempel Unterschrift)