

Dauerhaft starke Schmerzen –

Wann helfen Opioide?

Sie haben so starke Schmerzen, dass die üblichen Schmerzmittel nicht ausreichen. Sie und Ihre Ärztin oder Ihr Arzt überlegen nun, ob ein sogenanntes Opioid Ihre Schmerzen lindern könnte. Diese Medikamente helfen jedoch nicht bei jedem Schmerz.

Möglicherweise haben Sie auch Vorbehalte, weil Sie eine Abhängigkeit oder schwere Nebenwirkungen befürchten. Opioide sind weder Allheilmittel noch Teufelszeug. Richtig eingesetzt, können Opioide einigen Betroffenen helfen, bestimmte Schmerzen abzuschwächen und wieder aktiv am Leben teilzunehmen.

In dieser Information erfahren Sie, was Opioide sind, wann sie zum Einsatz kommen können und was Sie bei der Einnahme beachten sollten.

Was sind Opioide und wie wirken sie?

Opioide sind erprobte Schmerzmittel. Sie enthalten opiumartige Wirkstoffe, die im Schlafmohn natürlicherweise vorkommen. Am bekanntesten ist Morphin (früher: Morphium). Opioide hemmen gezielt die Schmerzübertragung, vor allem in Gehirn und Rückenmark.

Der Körper bildet auch selbst Opioide und schüttet sie bei Stress aus. Sie unterdrücken plötzlich auftretende Schmerzen. Bei besonders starken oder dauerhaften Schmerzen sind diese körpereigenen Stoffe bald erschöpft. Dann helfen manchmal künstlich hergestellte Opioide, zum Beispiel in Form einer Tablette.

Wann kommen Opioide zum Einsatz?

Bei Menschen mit Krebs sind Opioide ein wichtiger Bestandteil der Schmerzbehandlung. In diesem Infoblatt geht es aber nur um starke Schmerzen, die nicht durch Krebs verursacht sind.

Bei nicht durch Krebs bedingten Dauerschmerzen sind Opioide nicht grundsätzlich wirksamer als andere Schmerzmittel. Hier kommen Opioide nur in Frage, wenn andere Schmerzbehandlungen – wie etwa übliche Schmerzmittel, Bewegungstherapie oder psychologische Betreuung – nicht geholfen haben, nicht vertragen wurden oder nicht eingesetzt werden dürfen.

Dann kommt meist eine Kombination aus Schmerzmedikamenten sowie physiotherapeutischen und psychologischen Maßnahmen zum Einsatz. Welche Behandlung für Sie geeignet ist, sollen Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt gemeinsam entscheiden. Dabei werden unter anderem Ihre weiteren Erkrankungen, persönliche Vorlieben sowie Nutzen und Schaden der verschiedenen Behandlungsformen berücksichtigt.

Fachleute empfehlen, alle 4 bis 12 Wochen die Behandlung mit einem Opioid im ärztlichen Gespräch zu überprüfen.



Studien zeigen eine Wirksamkeit von Opioiden für bis zu 3 Monate, zum Beispiel bei:

- Nervenschmerzen bei Zuckerkrankheit (Diabetes)
- anhaltenden Nervenschmerzen nach Gürtelrose
- Nervenschmerzen in einem abgetrennten Arm oder Bein
- Dauerschmerzen bei Gelenkverschleiß (*Arthrose*)
- dauerhaften Rückenschmerzen, etwa durch starken Verschleiß der Wirbelsäule oder geschädigte Nerven

Fachleute empfehlen auch bei einigen anderen Schmerzursachen einen Behandlungsversuch.

Wenn Opioide bei Ihnen gut wirken und verträglich sind, können Sie sie länger als 3 Monate einnehmen. Häufig können Betroffene nicht eindeutig sagen, ob das Schmerzmittel gut wirkt. Durch eine geringere Dosis oder Absetzen des Mittels kann man prüfen, ob die Schmerzen wieder zunehmen.

Auf einen Blick



- **Anwendung:** Opioide sind Standardmedikamente bei durch Krebs bedingten Schmerzen. Sie kommen auch zum Einsatz bei bestimmten starken Dauerschmerzen anderer Ursache, bei denen übliche Schmerzmedikamente, wie Paracetamol oder Ibuprofen, oder andere Schmerzbehandlungen nicht ausreichen oder aus medizinischen Gründen nicht angewandt werden dürfen.
- **Beispiele für Opioide:** Buprenorphin, Codein, Fentanyl, Hydromorphon, Morphin, Oxycodon, Tapentadol, Tramadol
- **Anwendungsformen:** Tablette, Tropfen, Pflaster
- **Häufige Nebenwirkungen:** Übelkeit, Benommenheit, Verstopfung, trockener Mund, Schwäche, Juckreiz, vermehrtes Schwitzen, verringertes sexuelles Lustempfinden, Störungen der Monatsblutung, Erektionsstörungen (*Impotenz*)
- **Besonderheiten:** Anwendung nach festem Zeitplan meist erforderlich
- **Suchtgefahr:** Unter ärztlicher Aufsicht gering

Wann wird von Opioiden abgeraten?

Opioide sollen nicht zum Einsatz kommen bei:

- Migräne, Spannungskopfschmerzen
- Reizdarm, Reizblase
- dauerhafter Entzündung des Darms oder der Bauchspeicheldrüse (Ausnahme: bei einem akuten Schub)
- seelischen Erkrankungen, die mit Dauerschmerzen einhergehen

Bei diesen Krankheiten wirken Opioide kaum oder gar nicht und die Nebenwirkungen überwiegen. Für Schwangere, Kinder und Jugendliche sind Opioide ebenfalls nicht ratsam.

Manche Fachleute sind der Meinung, dass das schwache Opioid Tramadol für einige Menschen mit Fibromyalgiesyndrom vorteilhaft sein kann. Von starken Opioiden raten die Fachleute hier einstimmig ab.

Machen Opioide abhängig?

Wenn Sie Opioide länger als 4 Wochen anwenden, kann eine körperliche Abhängigkeit entstehen. Das heißt, der Körper gewöhnt sich daran. Dies ist normal und tritt bei fast allen Medikamenten ein, die man länger einnimmt. Das bedeutet jedoch nicht, süchtig zu sein. Eine Sucht ist eine unkontrollierte, unsachgemäße und zwanghafte Einnahme einer Droge. Wenn Ihnen Ihre Ärztin oder Ihr Arzt wegen Dauerschmerzen ein Opioid verschreibt, ist das Risiko für eine Sucht gering.

Lassen Sie Opioide plötzlich weg, können Entzugsbeschwerden wie Unruhe, Nasenlaufen oder Durchfall entstehen. Diese sollen vermieden werden, indem Sie in ärztlicher Absprache das Opioid schrittweise absetzen.

Besonderheiten bei der Einnahme

Bei ständig vorhandenen starken Schmerzen ist eine regelmäßige Einnahme wichtig. Nur dadurch gelingt eine gleichmäßig gute Schmerzlinderung. Keinesfalls sollen Sie Opioide nach Bedarf einnehmen, die Einnahme hinauszögern oder selbstständig die Dosis verändern.

Bei Nebenwirkungen wie Übelkeit oder Verstopfung können Sie Medikamente dagegen erhalten. Das Opioid nehmen Sie weiterhin ein. Bei den meisten Betroffenen lassen die Nebenwirkungen nach 2 bis 4 Wochen nach. Bei Verstopfung ist allerdings oft die ganze Zeit über ein Abführmittel erforderlich.

Was Sie selbst tun können

- Teilen Sie Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt Ihre Beschwerden, weitere Erkrankungen und Wünsche mit, damit Sie gemeinsam das richtige Schmerzmittel auswählen können. Sprechen Sie mögliche Ängste und Vorbehalte gegenüber Opioiden offen an.
- Erarbeiten Sie gemeinsam realistische Ziele, zum Beispiel weniger Schmerzen zu haben, wieder arbeiten oder besser schlafen zu können.
- Wenn Sie erstmals ein Opioid bekommen oder das Mittel umgestellt wird, sollten Sie auf das Autofahren verzichten. Bedienen Sie auch keine gefährlichen Maschinen.
- Sprechen Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt an, wenn Sie das Gefühl haben, dass eine Behandlung nicht ausreichend wirkt. Vielleicht hilft Ihnen dabei ein Schmerztagbuch. Teilen Sie Auffälligkeiten und Nebenwirkungen mit. Möglicherweise gibt es ein besser passendes Medikament für Sie.
- Lassen Sie sich einen Plan mitgeben, in dem vermerkt ist, wie Ihre Medikamente zu nehmen sind.
- Entspannung kann helfen, Stress, Anspannungen, Ängste und Schmerzen zu verringern. Es gibt verschiedene Möglichkeiten, zum Beispiel spazieren gehen, lesen, Sauna, Yoga oder Meditation.
- Der Austausch mit anderen Betroffenen kann hilfreich sein, etwa in einer Selbsthilfegruppe.

Mehr Informationen



I. Quellen, Methodik und Links

Diese Information beruht auf der S3-Leitlinie „Langzeitanwendung von Opioiden bei chronischen nicht-tumorbedingten Schmerzen (LONTS) (AWMF-Reg.-Nr. 145-003)“ und Erfahrungen von Betroffenen.

Methodik und Quellen:

→ www.patienten-information.de/kurzinformationen/opioide#methodik

Weitere Kurzinformationen zu Gesundheitsthemen:

→ www.patienten-information.de

II. Kontakt Selbsthilfe

Wo Sie eine Selbsthilfegruppe in Ihrer Nähe finden, erfahren Sie bei der NAKOS (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen):

→ www.nakos.de / Telefon: 030 31018960



Impressum

Verantwortlich für den Inhalt:

Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ)

Im Auftrag von:

Bundesärztekammer (BÄK) und
Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV)

E-Mail patienteninformation@azq.de

Web www.patienten-information.de
www.azq.de

Mit freundlicher Empfehlung