



Ab jetzt in ELTERN:
die Kinderarzt-Kolumne.
Drei Fachleute
schreiben für euch im
Wechsel. Diesmal
Dr. Stephan Heinrich
Nolte, Kinder- und
Jugendarzt in Marburg

Es tut auch ein bisschen weh

Manchmal müssen Kinder Schmerz einfach aushalten. Aber wir sollten niemals darüber diskutieren, ob ihre Schmerzen echt sind oder nicht

Es klingt brutal, aber für uns Kinder- und Jugendärzte sind Schmerzen etwas Gutes. Sie können spitz, stumpf oder dumpf sein, bohrend, stechend oder unbestimmbar. Fast immer zeigen sie,

dass etwas nicht stimmt, am Körper oder an der Seele. Der Dreijährige hat akute Ohrenschmerzen, die Fünfjährige vor dem Kindergarten am Morgen oft Bauchweh, und die Siebenjährige hat sich auf dem Trampolin den Fuß verstaucht. Dreimal Schmerzen – und doch immer etwas ganz anderes.

Niemand hat gern Schmerzen, aber sie erfüllen eine überlebenswichtige Funktion als eindrucksvolles Alarmsignal: Wenn wir keinen Schmerz empfinden, kann der Organismus Schaden nehmen, ohne dass wir es merken – zum Beispiel bei fortschrittlicher Zuckerkrankheit: Der Patient nimmt Verletzungen oder Entzündungen wegen fehlenden Schmerzempfindens nicht mehr wahr. Wenn der Schmerzauslöser weg ist, gehen die Schmerzen zurück – klingt banal, ist aber sehr wichtig: Ein richtig versorgter Bruch etwa sollte nicht mehr wehtun. Bleiben die Schmerzen aber oder treten sie erneut auf, war vielleicht die Behandlung nicht richtig, und der Gips muss wieder entfernt werden.

Was Kinderärzten und Eltern den Umgang mit Schmerzen bei Kindern oft schwer macht: Schmerz kann sich auch verselbstständigen und seine ursprünglich Warnfunktion verlieren. Und er ist etwas sehr Persönliches, er lässt sich Dritten schlecht vermitteln. Je jünger das Kind, desto schwieriger wird es für den Kinderarzt abzuschätzen, wo der Schmerz ist und wo er von Einflüssen der Umgebung überlagert wird. Die ganz Kleinen können schließlich nicht sagen, wo genau es wehtut.

Was uns in der Praxis häufig beschäftigt, sind chronische Kopf-, Bauch-, Rückenschmerzen. Viele Kinder haben eine lange Geschichte an Untersuchungen und Erklärungsversuchen hinter sich, am Ende ohne Ergebnis. Trotzdem müssen wir ihre Schmerzen zu jeder Zeit ernst nehmen, Es ist sinnlos zu diskutieren, ob sie echt und wirklich da sind. Denn auch hier handelt es sich um Warnzeichen: zum Beispiel, wenn sie – psychosomatisch bedingt – auf äußere Belastungen hinweisen, sei es durch Kindergarten, Schule oder Ärger mit Freunden.

Kein Kind soll unnötig leiden. Dennoch gibt es immer wieder Situationen, in denen man mal Schmerzen aushalten muss. Manche Eltern hoffen, ihr Kind möge gänzlich schmerzfrei durchs Leben gehen, selbst bei notwendigen Maßnahmen wie Impfen oder Blutabnehmen. Dabei ist „kurz und schmerzhaft“ beim kleinen Piks meist besser: Das ganze Drumherum mit Cremes oder Sprays verstärkt nur die Erwartungsangst – und programmiert damit die Schmerzen vor.

Neulich musste ich bei dem dreijährigen Paul Blut abnehmen. Seine Eltern hatten vorbereitend die Ellenbeugen beidseits mit einer betäubenden Salbe eingerieben und abgepflastert, sie wollten nicht, dass ihm die Nadel wehtut. Vermeiden ließ sich das trotzdem nicht – weil in den Ellenbeugen keine Venen zu sehen und zu tasten waren. Ich musste ihm das Blut am Handrücken abnehmen. Natürlich tat das auch ein bisschen weh, aber Paul hat es tapfer mitgemacht.

Ärzte können Schmerzen nicht immer nehmen, aber sie können dazu beitragen, den Umgang damit zu erleichtern. Wir haben mit den Eltern zusammen eine große Verantwortung – denn die Weichen für den Umgang mit Schmerzen werden im Kindesalter gestellt. ●



ERSTAUNLICH EINFACH
„Alles halb so schlimm. Die häufigsten Fragen an den Kinderarzt und überraschend einfache Antworten“ - so heißt das neueste Buch von Dr. Stephan H. Nolte. Es ist im Kösel Verlag erschienen (16,99 Euro).