

Curriculum

SPEZIELLE SCHMERZPSYCHOTHERAPIE

Final

Stand 08.06.2023

Block A-D	Spezielle Schmerzpsychotherapie	UE	UE
Block A	Allgemeine Grundlagen		16
M 1a	Bio-psychosoziale Perspektive: psychologische Grundlagen	5	
M 1b	Bio-psychosoziale Perspektive: neurobiologische und medizinische Grundlagen	5	
M 2	Mechanismen der Schmerzentstehung und -chronifizierung	6	
Block B	Diagnostik		8
M 2a	Medizinische Diagnostik	4	
M 2b	Psychologische und psychometrische Diagnostik	4	
Block C	Behandlung		32
M 3a	Konzeptionelles Vorgehen	4	
M 3b	Medizinische Schmerztherapie	8	
M 3c	Funktionsbezogene Therapie	4	
M 3d	Psychotherapeutische Methoden in der Schmerztherapie: Verhaltenstherapeutische Methoden	12	
M3e	Psychotherapeutische Methoden in der Schmerztherapie: Psychodynamische Methoden	4	
Block D	Spezieller Teil		24
M 4a	Rückenschmerz: Medizinische Grundlagen und Therapie	8	
M 4b	Kopfschmerzen: Medizinische Grundlagen und Behandlung	8	
M 4c	Neuropathischer Schmerz: Medizinische Grundlagen und Therapie	4	
M 4d	Tumorschmerz	4	
		UE	80

Block A Grundlagen

M1a Bio-psychoziale Perspektive: psychologische Grundlagen (UE 5)

Inhalte

- Epidemiologie chronischer Schmerzen
- Konzept chronischer Schmerz: (Bio) Psychoziale Bedingungsfaktoren
- Ätiologische und funktionelle Einflüsse von psychischen und somatischen Komorbiditäten
- Funktionale und verhaltensbezogene Aspekte
- Schmerzempfinden und Schmerzausdruck
- Wirksamkeit von Schmerzpsychotherapie

Lernziele

- Epidemiologie: Prävalenz, Krankheitsverlauf, interkultureller Einfluss, Kosten
- Modelle zur Erklärung der Entstehung von Schmerz
- Kulturelle Besonderheiten
- Versorgung: Wirksamkeit von SPT

M1b Bio-psychoziale Perspektive: neurobiologische und medizinische Grundlagen (UE 5)

Inhalte

- medizinische Grundlagen der Schmerzverarbeitung und Schmerzchronifizierung: Neuroanatomie / Schmerzphysiologie
- Prinzip der Sensitivierung, Neuroplastizität und Neuroimmunologie
- nozizeptiver vs. neuropathischer Schmerz

Lernziele

- Grundlagen der Nozizeption und Schmerzverarbeitung: Neuroanatomie / -physiologie
- Aktuelle Konzepte zur Schmerzchronifizierung auf molekularer und systemischer Ebene
- Neuroplastizität (kortikale Reorganisation, Neuroendokrinologie, -immunologie)

M2 Mechanismen der Schmerzentstehung und -chronifizierung (UE 6)

Inhalte

- Akutschmerz und Funktion
- Chronischer Schmerz (Risikofaktoren: Yellow Flags, iatrogene Faktoren, interpersonelle Aspekte)
- Prozess der Chronifizierung (Mechanismen und interdisziplinäre Einflussfaktoren)
- Interdisziplinarität: Rolle von Psychologischen Psychotherapeuten bzw. Kinder- bzw. Jugendlichenpsychotherapeuten und den restlichen beteiligten Berufsgruppen; verschiedene Versorgungsformen

Lernziele

- Biologische und psychologische Mechanismen der Schmerzentstehung
- Biologische und psychologische Mechanismen der Schmerzchronifizierung

Block B Diagnostik

M2a Medizinische Diagnostik (UE 4)

Inhalte

- Spezielle Schmerzanamnese
Schmerzdiagnostik und Funktionsbeurteilung (körperliche Untersuchung, Labor, Bildgebung)
- Medikamentengebrauch, -abhängigkeit (Diagnostik, Grundlagen der Pharmakotherapie, Risikofaktoren) sowie -entzug (Indikation stationär/ambulant, medizinisches Vorgehen, Rückfallprophylaxe)
- Erkennen von Über- und Fehldiagnostik
- Beschwerdvalidierung

Lernziele

- Verfahren medizinischer Schmerzdiagnostik und Funktionsbeurteilung
- Sensibilisierung für Missbrauch und Abhängigkeit von Analgetika
- Kenntnis über Indikation und Durchführung von Medikamentenentzügen

M2b Psychologische und psychometrische Diagnostik (UE 4)

Inhalte

- Spezielle Schmerzanamnese
- Diagnostische Verfahren (Fragebogen, Beobachtung und Interview)
- Differentialdiagnostik und Unterscheidung von diagnostischen Strategien
- Schmerzklassifikation (MASK P, ICD-10, DSM-IV)
- Komorbiditäten
- Verfahren zur Therapieevaluation

Lernziele

- Erstkontakt und Besonderheiten bei der psychologischen Anamnese von Schmerzpatienten
- Motivationsproblemen und Interaktionsverhalten von Schmerzpatienten
- Überblick über Verfahren zur Schmerzdiagnostik (Fragebögen zur Erfassung subjektiver Schmerz-, Krankheitsüberzeugungen, der Schmerzbewältigung und chronischem Stress, psychophysiologische Messmethoden, Selbstbeobachtung, fremddiagnostische Verfahren, strukturierte Interviews,)
- Sicherheit im diagnostischen Interview

Block C Behandlung

M3a Konzeptionelles Vorgehen (UE 4)

Inhalte

- Aufbau von realistischen Therapiezielen
- Erkennen von Setting bedingten Begrenzungen und Limitierungen
- Kennenlernen von Grading- und Staging-Konzepten
- Therapieplanung unter Berücksichtigung von psychischer Komorbidität und komplexen Schmerzsyndromen anhand von Kasuistiken

Lernziele

- Therapieplanung und -evaluation
- Kenntnisse relevanter Leitlinien
- Erstellen von Quotenplänen zur Belastungsdosierung
- Maßnahmen zur Qualitätssicherung
- Inhalte der multimodalen Schmerztherapie
- Interdisziplinäre Fallkonzeption

M3b Medizinische Schmerztherapie (UE 8)

Inhalte

- Kennen der Indikationen, Wirkungsweisen und Risiken von Schmerzmedikamenten
- Kennen der wichtigsten Formen medizinischer Schmerztherapien (invasiv vs. Nicht-invasiv)
- Einteilung und Wirkweise der Medikamente (Pharmakotherapie: Klassifizierung, Behandlungsverlauf, Medikamentenabhängigkeit)

Lernziele

- Kennen der Indikationen, Wirkungsweisen und Risiken von Schmerzmedikamenten
- medikamentöse Schmerztherapie (u.a. WHO-Stufenschema, spezielle Risiken der Opiode, Entzug von Schmerzmedikamenten)
- Diagnostische und therapeutische Lokalanästhesie
- Invasive Schmerztherapie (epidurale Rückenschmerzstimulation)

M3c Funktionsbezogene Therapie (UE 4)

Inhalte

- Untersuchungsbefund
- Patientenedukation
- Behandlung
- Behandlungstechniken
- Physikalische Maßnahmen
- Transfer in den Alltag

Lernziele

- Kennenlernen der Vorgehensweise und Methoden der Befunderhebung in verschiedenen Therapieformen
- Verständnis für verschiedene Behandlungskonzepte
- Kenntnisse über Behandlungsziele (z.B. Funktionsverbesserung über Ausdauer- und Krafttraining) und Behandlungsinhalte (z.B. Mobilisation und Dehnung) bei verschiedenen Therapieformen. Im Einzelnen: Physiotherapie, Ergotherapie und Sport-, Bewegungstherapie
- Kennenlernen physikaltherapeutischer Maßnahmen (z.B. Thermotherapie)
- Kennenlernen unterschiedlicher Techniken wie Brunkow, PNF, manuelle Therapie

M3d Psychotherapeutische Methoden in der Schmerztherapie: Verhaltenstherapeutische Methoden (UE 12)

Inhalte

- psychoedukative Methoden
- Beziehungs- und Motivationsaufbau in der Therapie
- operante Ansätze: ressourcenorientierte und systemische Methoden
- respondente Ansätze: kognitive Umstrukturierung, Imagination, Aufmerksamkeitszentrierung und erlebensorientierte Methoden
- Körperorientierte Methoden zum Aktivitätenaufbau, Entspannungstraining sowie Balancierung bzw. Regulierung von Ruhe und Aktivität
- Abbau von Fear Avoidance, Endurance
- Akzeptanz und Achtsamkeit
- Therapie von Stress sowie von Schlaf im Schmerzzusammenhang

Lernziele

- Differentielle Indikation und Anwendung verhaltenstherapeutischer Methoden und Einzelverfahren
- Anwendung von imaginativen Techniken, Um- und Ablenkungsstrategien, Abbau von dysfunktionalem Durchhalten, Aufbau angemessener Aktivitäten, Erstellen von Quotenplänen zur Belastungsdosierung, kognitive Strategien zum Umgang mit belastenden Emotionen
- Aufbau von Schmerz- und Krankheitsakzeptanz, Umgang mit Problemen beim Training im häuslichen Umfeld, Auseinandersetzung mit dem Selbstbild, Aufbau von flexiblem Verhalten trotz Schmerz, Grundhaltungen zu Krankheit und Gesundheit
- Kennenlernen der Besonderheiten der Schmerztherapie im Gruppensetting
- Umgang mit Zielkonflikten
- Einführung in den ACT-Ansatz bei chronischen Schmerzen mit Strategien zur Förderung der Achtsamkeit

M3e Psychotherapeutische Methoden in der Schmerztherapie: Psychodynamische Methoden(UE 4)

Inhalte

- Diagnostik, Psychodynamik und psychodynamische Behandlung des chronischen Schmerzes
- Darstellung psychodynamischer Erklärungsansätze zum Schmerz und zu klinischen Krankheitsbildern wie somatoforme Schmerzstörungen, Hypochondrie und Masochismus
- Darstellung der Relevanz eines modifizierten Settings unter interdisziplinärer Einbindung im Rahmen der Behandlung

Lernziele

- Einblick in psychodynamische diagnostische und therapeutische Herangehensweisen
- Skizzierung behandlungstechnischer Grundregeln anhand von Fallbeispielen

Block D Spezieller Teil

M4a Rückenschmerz: Medizinische Grundlagen und Therapie (UE 8)

Inhalte

- Multifaktorielle Mechanismen der Chronifizierung von Rückenschmerzen
- Stress und Diathese-Stress-Modell
- Angst-/Vermeidungs-Modell
- Einfluss psychologischer Faktoren auf der kognitiven, emotionalen und Verhaltensebene
- Therapeutische Konsequenzen im multimodalen Setting
- Inhalte und Prinzipien einer interdisziplinären Behandlung
- Therapiebeispiel

Lernziele

- Verständnis der multifaktoriellen Genese der Entstehung und Aufrechterhaltung von Rückenschmerzen
- Verständnis für die Wirksamkeit psychologischer Faktoren in unterschiedlichen Stadien der Erkrankung
- Verständnis von sozialrechtlichen und iatrogenen Faktoren
- Verständnis der Problematik von "somatisierenden" diagnostischen und therapeutischen Verfahren
- Erkennen der Notwendigkeit eines interdisziplinären Therapievorgehens sowie der Mischung aus Behandlungsinhalten und -prinzipien

M4b Kopfschmerzen: Medizinische Grundlagen und Behandlung (UE 8)

Inhalte

- Klassifikation von Kopf- und Gesichtsschmerzen bei Erwachsenen und Kindern.
- Unterschied primäre vs. sekundäre Kopfschmerzerkrankungen
- Kopfschmerz vom Spannungstyp
- Cluster-Kopfschmerz
- post-traumatischer Kopfschmerz
- Medikamenten-Übergebrauchs-Kopfschmerz
- Gesichtsschmerzen: Trigeminus-Neuralgie
- atypischer Gesichtsschmerz
- cranio-mandibulare Dysfunktion
- Odontalgie, Epidemiologie und Pathogenese von Kopf- und Gesichtsschmerzen
- Verhaltensmedizinische Sichtweise im Diathese-Stress-Ansatz, Ursachen- und Kontrollattribution.
- Diagnostik von Kopf- und Gesichtsschmerzen (Anamnese, Exploration, Fragebögen, Tagebuch, apparative Methoden) gemäß der Leitlinien der International Headache Society (IHS) und der Deutschen Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft (DMKG).
- Psychologische Zusatzdiagnostik: Stellenwert von Aufmerksamkeit und emotionalen Zuständen (Depression, Angst) bei der Chronifizierung von Kopf- und Gesichtsschmerz.
- Differentialdiagnose zwischen Migräne und Kopfschmerz vom Spannungstyp, Identifikation von Analgetika-induziertem Kopfschmerz.
- Medikamentöse Therapieverfahren bei Kopf- und Gesichtsschmerzen (Übersicht, Indikation).
- Einführung "Schmerz-Tagebuch", Tagebuchführung bei Kopf- und Gesichtsschmerzen
- Übersicht über Therapiemethoden (Entspannung, Stressbewältigung, Stresswahrnehmung und Stopp-Techniken, Schmerzbewältigung, Schmerzvisualisierung, Schmerzexprimierung, Reizverarbeitungstraining, Habituationsansätze).
- Einübung in Kopfschmerz-bezogene Schmerzbewältigungstechniken und in Techniken zur Stresswahrnehmung.
- Darstellung von Therapieprogrammen (z.B. Konkordanztherapie), Patientenschulungen (MIPAS), Kurzzeitbehandlungen

Lernziele

- Diagnostik, Klassifikation, Epidemiologie und Pathogenese von Kopf- und Gesichtsschmerzen
- Differenzialdiagnose zwischen Kopfschmerz vom Spannungstyp und Migräne sowie Medikamentöse und nicht-medikamentöse Behandlungsansätze
- Übersicht über medikamentöse und nicht-medikamentöse Behandlungsansätze bei Kopf- und Gesichtsschmerzen nach den Leitlinien der IHS und der DMKG

M4c Neuropathischer Schmerz: Medizinische Grundlagen und Therapie (UE 4)

Inhalte

- Begriffsbestimmung und Epidemiologie
- Typische Krankheitsbilder und deren klinische Symptomatik (z.B. Herpes Zoster, CRPS, Polyneuropathie, Trigeminusneuralgie)
- Diagnostik
- Pathophysiologie
- Therapie (Pharmakotherapie, Physio-/Ergotherapie incl. Spiegeltherapie, Interventionelle Maßnahmen und multimodale Therapie)
- Therapieformen: Psychoedukation, Stabilisierung, Akzeptanz, Selbstwahrnehmung, Imagination, Entspannung, Fear Avoidance, Aktivitäten-Regulierung, Kognitive Methoden, Resozialisierung
- Operante Aspekte: Verstärkungsmechanismen im sozialen Umfeld und der Person

Lernziele

- Abgrenzung neuropathischer Schmerzen von nozizeptiven Schmerzen
- Kennenlernen verschiedener neuropathischer Krankheitsbilder
- Kenntnisse über spezielle diagnostische und therapeutische Maßnahmen
- Kenntnisse über Interventionen im Umgang mit krankheitsbezogenen Ängsten
- Kennenlernen von Interventionen zur Förderung der Krankheitseinsicht und -akzeptanz
- Therapeutisches Vorgehen bei der Erarbeitung von alternativen Verhaltensweisen und Aufbau von Aktivitäten (ggf. auch bei beruflicher Neuorientierung).
- Anwendung kognitiver Strategien zum Umgang mit belastenden Emotionen und Interaktionen

M4d Tumorschmerz (UE 4)

Inhalte

- medizinische Grundlagen und biopsychosoziales Bedingungsgefüge
- Komorbiditäten
- Besonderheiten in der Kommunikation und Interaktion
- Techniken der Schmerzbewältigung und Bewältigung von Angst und Depression
- Aufklärung und Angehörigenarbeit sowie Trauerverarbeitung
- Palliativmedizinische Aspekte
- Lernziele
- Grundlagen und Besonderheiten bei Tumorschmerzen
- Indikation und Anwendung spezieller schmerzpsychotherapeutischer Therapieverfahren

Lernziele

- Grundlagen und Besonderheiten bei Tumorschmerzen
- Indikation und Anwendung spezieller schmerzpsychotherapeutischer Therapieverfahren