

«BOTOX KANN DIE SCHMERZEN ERHEBLICH REDUZIEREN»

1,5 Millionen Menschen in der Schweiz leiden unter chronischen Schmerzen. Neu darf man Migräne mit Botox behandeln, sagt Neurologe und Psychiater Markus Mühlhauser.

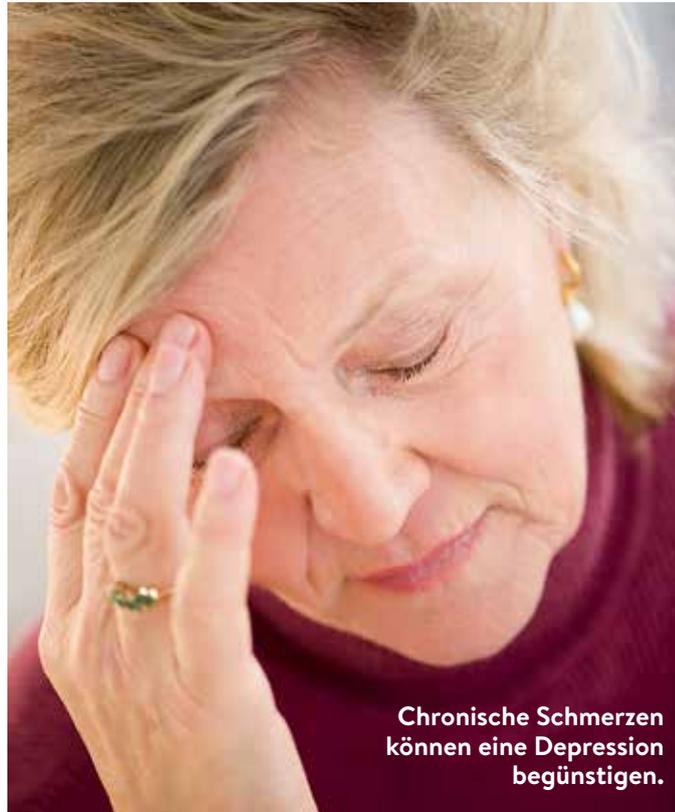
— Interview **Jeanne Fürst** und **Fabienne Eichelberger**

Markus Mühlhauser, welche chronischen Schmerzen sind besonders häufig?

Rücken-, Gelenk- und Nervenschmerzen, aber auch Kopfschmerzen. Circa 85 000 bis 170 000 Menschen in der Schweiz sind von chronischer Migräne betroffen, bei der sie über eine Dauer von drei Monaten an mindestens 15 Tagen im Monat unter Kopfschmerzen leiden.

Wie kann man die Symptome lindern?

Die Behandlungsoptionen reichen von gängigen Schmerzmitteln wie Paracetamol über Triptane, die auch Begleitsymptome wie Übelkeit und Lichtempfindlichkeit bekämpfen, oder Antiepileptika bis hin zu neueren Antikörpertherapien. Seit Mai 2023 ist in der Schweiz zudem Botulinumtoxin A – auch bekannt als Botox – zugelassen.



Chronische Schmerzen können eine Depression begünstigen.

Wie wirkt Botox bei chronischer Migräne?

Botulinumtoxin A schwächt die Wirkung von Schmerzbotenstoffen im Gehirn ab. Daneben lähmt es die Muskulatur, was Spannungskopfschmerzen, die häufig ein Trigger für Migräneanfälle sind, reduzieren kann. In vielen EU-Ländern ist es bereits seit 2012 zur Behandlung zugelassen.

Viele der Schmerzpatientinnen und -patienten leiden auch an Depressionen. Was sind die Gründe?



MARKUS MÜHLHAUSER, 52,

ist Oberarzt an den Universitären Psychiatrischen Kliniken Basel.



JEANNE FÜRST, 62, moderiert die Sendung «Gesundheit heute» und stellt Expertinnen und Experten Fragen.

Es können sowohl die chronischen Schmerzen zu einer Depression führen als auch eine Depression zur Verstärkung der chronischen Schmerzen beitragen. Im ersten Fall schränken die Schmerzen die Betroffenen dermassen ein, dass sie kaum mehr am sozialen Leben teilnehmen können und unter anderem darum eine Depression entwickeln. Ausserdem läuft das Stresssystem durch die Schmerzen auf Hochtouren. Es wird verstärkt Cortisol und Adrenalin ausgeschüttet, was eine Depression begünstigt.

Und inwiefern beeinflusst eine Depression die chronischen Schmerzen?

Die psychische Verfassung hat einen grossen Einfluss auf die Verarbeitung und die Wahrnehmung von Schmerz. Depressive Stimmung, Angst und katastrophisierendes Denken nähren ihn.

Wie kann die Lebensqualität trotz Schmerzen gesteigert werden?

Besonders wichtig ist ein interdisziplinäres Herangehen. Abgesehen von Medikamenten hilft eine psychotherapeutische Behandlung. Bei der Akzeptanz- und Commitment-Therapie geht es darum, den Schmerz anzunehmen und den Fokus wieder auf persönliche Ziele und Werte zu lenken. So ist es möglich, Schritt für Schritt zu einer annehmbaren Schmerzintensität und mehr Lebensqualität zu gelangen. ■

IN DER NÄCHSTEN SENDUNG am Samstag, 25. 11. 2023, 18.10 Uhr auf SRF 1 **Bandscheibenvorfall schonend operiert**

Bandscheibenvorfälle haben sich zu einer Volkskrankheit entwickelt. Mit der Schlüssellochtechnik, bei der nur ein kleiner

Schnitt notwendig ist, kann schonend operiert werden. Plus: Wir beleuchten die seltene Stoffwechselerkrankung Morbus Gaucher.

WIEDERHOLUNGEN Sonntag, 26. 11., 9.30 Uhr auf SRF 1 und 20.30 Uhr auf SRF Info; **INFOS** gesundheit-heute.ch; **PRÄSENTIERT VON** der «Schweizer Familie»; **UNTERSTÜTZT VON** Universitätsklinik Balgrist, Clarunis – Universitäres Bauchzentrum Basel, Interpharma, Viollier, Universitäre Psychiatrische Kliniken Basel