

## MACHEN SIE MIT!

Sie unterstützen uns in der Durchführung einer wissenschaftlichen Studie, die zeigen soll, ob das Konzept für Sie und andere Betroffene ausreichend hilfreich ist. Nur in diesem Falle kann es später auch anderen Betroffenen zur Verfügung gestellt werden.

Sie werden damit Studienteilnehmer/Studienteilnehmerin, die einerseits die Therapie erhalten, aber auch mit Ihren Rückmeldungen und Daten helfen zu verstehen, ob die Therapie hilft oder wo es ggf. verbessert werden könnte.

## WEITERE INFORMATIONEN

[www.pain2punkt0.de](http://www.pain2punkt0.de)  
[info@pain2punkt0.de](mailto:info@pain2punkt0.de)



**Deutsche Schmerzgesellschaft e.V.**  
Sektion der International Association for the Study of Pain (IASP)



## ANMELDUNG

Sie haben Interesse an einer Teilnahme an PAIN2.0? Nehmen Sie gerne über unser Sekretariat mit uns Kontakt auf!



**Dr. med. Sandra Blenk**  
Ärztliche Leiterin  
Zentrum für Schmerzmedizin

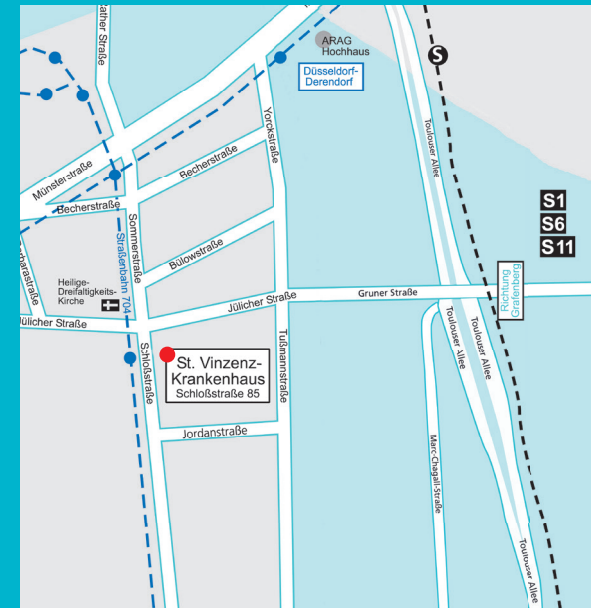


**Sekretariat Eugenia Dill**  
Telefon (0211) 958-29 19  
Telefax (0211) 958-28 58  
[sz.vkh@vkkd-kliniken.de](mailto:sz.vkh@vkkd-kliniken.de)

Sprechzeiten Mo-Fr von 9 bis 12 Uhr  
Mo-Do 13 bis 15 Uhr und Fr 13 bis 14 Uhr

Patienten mit längeren Anfahrtswegen haben die Möglichkeit, kostengünstig zu übernachten.

## ANFAHRT



### IMPRESSUM

#### Zentrum für Schmerzmedizin (Schmerztagesklinik)

Jülicher Straße 75  
40477 Düsseldorf

#### St. Vinzenz-Krankenhaus

Schloßstraße 85  
40477 Düsseldorf  
[www.vinzenz-duesseldorf.de](http://www.vinzenz-duesseldorf.de)

#### Geschäftsführer

Christian Kemper, Jürgen Braun

Das St. Vinzenz-Krankenhaus ist eine Einrichtung im VKKD | Verbund Katholischer Kliniken Düsseldorf und Akademisches Lehrkrankenhaus der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf.

[www.vkkd-kliniken.de](http://www.vkkd-kliniken.de)

VKH\_ZSM\_PAIN2\_FB\_8Seiter\_2022\_083\_11/2022 (Änderungen und Druckfehler vorbehalten.)  
Die Fotos sind zu Demonstrationszwecken gestellt. Fotos: Frank Eischer, VKKD, adobestock.de

St. Vinzenz-Krankenhaus  
Zentrum für Schmerzmedizin



**EIN NEUES ANGEBOT FÜR PATIENTINNEN UND PATIENTEN MIT ANHALTENDEN SCHMERZEN**

INFORMATIONEN FÜR IHRE GESUNDHEIT

**EINLADUNG ZUR TEILNAHME AN PAIN2.0 – DAMIT DER SCHMERZ NICHT CHRONISCH WIRD!**



**Gemeinsamer Bundesausschuss Innovationsausschuss**



### Liebe Patientin, lieber Patient,

Sie leiden seit einiger Zeit unter wiederkehrenden Schmerzen? Sie fühlen sich durch diese Schmerzen zunehmend im Alltag beeinträchtigt? Sie überlegen bereits, sich deshalb Hilfe oder eine ärztliche Untersuchung zu organisieren? Oder Sie haben bereits ärztliche Hilfe aufgesucht, haben aber das Gefühl, dass Sie noch nicht ausreichend weit gekommen sind?

Dann möchten wir Sie einladen, sich mit diesem Flyer über das Projekt PAIN2.0 der Deutschen Schmerzgesellschaft e.V. und der BARMER zu informieren, das Betroffenen mit wiederkehrenden Schmerzen helfen möchte, ihren Alltag weiterhin gut zu bewältigen.

Was ist PAIN2.0? Das Projekt PAIN2.0 ist eine Initiative der Deutschen Schmerzgesellschaft e.V. und der BARMER mit dem Ziel, bei Betroffenen mit wiederkehrenden Schmerzen die Versorgungsqualität zu verbessern und die Chronifizierung von Schmerzen zu verhindern. PAIN2.0 ist ein großes, bundesweites Projekt, das durch den Innovationsfonds (01NVF20023) mit öffentlichen Geldern gefördert und an 22 Standorten in Deutschland durchgeführt wird.

Ihre

*Sandra Blenk*

Sandra Blenk

Ärztliche Leiterin, Zentrum für Schmerzmedizin

## WER KANN AN PAIN2.0 TEILNEHMEN?

### TEILNEHMEN KÖNNEN ERWACHSENE (MIND. 18 JAHRE)

- Sie haben wiederkehrende Schmerzen von mehr als 6 Wochen oder häufig wiederkehrende Schmerzen
- Sie fühlen sich in ihrer Lebensführung durch diese Schmerzen eingeschränkt
- Sie weisen ggf. bereits erste Anzeichen auf Risikofaktoren (wie negative Stimmung oder ausgeprägte Sorgen vor der Zukunft) für eine Schmerzchronifizierung auf.

## IHRE VORTEILE

- Erlernen von schmerzreduzierenden Strategien
- Vermittlung von Wissen zu Schmerz und möglichen Risikofaktoren
- aktive Übungen und ergänzende Einzeltherapien
- erarbeiten von hilfreichen Strategien, die in den Alltag übernommen und weiter fortgeführt werden



## WAS ERWARTET SIE IN PAIN2.0?

PAIN2.0 möchte durch ein zehnwöchiges, ambulantes Therapieprogramm das Erleben von Selbstwirksamkeit und Kontrolle von Menschen fördern, die sich bereits seit geraumer Zeit mit wiederkehrenden Schmerzen und damit einhergehender Beeinträchtigung konfrontiert sehen. Die Leistungsfähigkeit der Betroffenen, die sie im Alltag, im Beruf, der Familie und im sozialen Leben benötigen, soll mindestens erhalten, im besten Falle sogar verbessert werden.

Die Therapie wird nach aktuellem wissenschaftlichen Kenntnisstand durch ein Team aus Therapeuten der Medizin, der Psychologie und der Physiotherapie in enger Zusammenarbeit durchgeführt.

**Das Besondere an diesem Ansatz ist die enge Zusammenarbeit der Behandelnden, die sich in regelmäßigen Besprechungen zum Fortschritt oder zu Anpassungen im Vorgehen gemeinsam einigen.**

Neben dem Erlernen von schmerzreduzierenden Strategien, der Vermittlung von Wissen zu Schmerz und möglichen Risikofaktoren stehen aktive Übungen im Zentrum der Therapie. Diese wird vorrangig in einer Gruppe durchgeführt. Es werden ergänzend aber auch Einzeltherapien durch die drei Berufsgruppen angeboten. In den Sitzungen mit den Behandelnden und Patienten erarbeiteten hilfreichen Strategien sollen bereits während der Therapiezeit in den Alltag übernommen und weiter fortgeführt werden.

Zum Ende der Therapie können wir bei Bedarf mit Ihnen zusammen weitere Empfehlungen für eine Anschlusstherapie vereinbaren, die dann in Rücksprache für Ihre Nachbehandlung weitergegeben werden kann.

## WIE IST DER ABLAUF DES PROJEKTS?

### Sie stellen sich bei uns vor

Wir prüfen, ob PAIN2.0 für Sie geeignet ist und Sie werden noch einmal ausführlich informiert.

Wenn Sie Ihre Einwilligung zur Teilnahme erteilt haben, werden Sie zufällig zu je einer von zwei Gruppen zugewiesen:

#### **Interventionsgruppe:**

Startzeitpunkt: max. 6-8 Wochen nach Zuweisung

#### **Kontrollgruppe:**

Startzeitpunkt: 6-8 Monate nach Zuweisung

Beide Gruppen erhalten jeweils 10 Wochen lang (3-3,5h/Woche) dieselbe ambulante interdisziplinäre multimodale Gruppentherapie (A-IMST) durch ein schmerztherapeutisch qualifiziertes Team (Schmerzmedizin, Physiotherapie, Psychologie)

### **Verlaufsbefragung per Fragebogen nach 3, 6, 9 und 12 Monaten**