

Schmerz am besten von Beginn an vermeiden

Schmerz in früher Kindheit kann für das Leben prägen

Chronische Schmerzen im Erwachsenenalter könnten auf frühe kindliche Schmerzerfahrungen zurückgehen.

Sowohl Tierversuche als auch klinische Studien mit Kindern zeigen, dass schmerzhafte Erfahrungen früh nach der Geburt lebenslang zu einer erhöhten – auch generalisierten – Schmerzempfindlichkeit führen können.¹

Prof. Dr. Christiane Hermann, Abteilung für Klinische Psychologie der Justus-Liebig-Universität Gießen, berichtete auf dem Europäischen Schmerz-Kongress EFIC 2011 in Hamburg, dass neue epidemiologische Daten nachwiesen, dass sich Schmerzerfahrungen in der frühen Kindheit bis ins Jugend- und Erwachsenenalter auswirken können.

Veränderung schmerzverarbeitender Systeme

Schmerzhafte Impulse, wie etwa durch eine Blutabnahme oder Impfung, würden bei Säuglingen nicht, wie lange angenommen, lediglich Reflexreaktionen des Rückenmarks auslösen, sondern tatsächlich in den Gehirnzentren der Schmerzverarbeitung

„ankommen“. Damit könnten Veränderungen der Schmerzverarbeitung einhergehen, indem unter anderem die Ausreifung schmerzhemmender Systeme verändert würden. Dies ließe sich in Tierversuchen verifizieren, erläuterte Hermann. „Gerade die Zeit unmittelbar nach der Geburt ist bei Frühgeborenen, aber auch bei Neugeborenen eine besonders kritische Phase, weil das schmerzverarbeitende System noch nicht völlig ausgereift ist.“

Veränderung der Schmerzverarbeitung

Klinische Untersuchungen an Jugendlichen, die als Säuglinge – in einem Alter, in dem das neuronale Schmerzverarbeitungssystem noch nicht fertig entwickelt ist – bereits operiert werden mussten oder die als Kleinkinder schwere Verbrennungen erlitten hatten, zeigen, dass die Betroffenen als 10- bis 16-Jährige ein deutlich verändertes Schmerzmuster aufwiesen. Herrmann: „Gegenüber kurzfristigen Reizen ist ihre Schmerzschwelle erhöht, sie spüren zunächst also weniger. Werden solche Reize aber wiederholt, bricht diese Art von Schutzwall jedoch zusammen und darunter

tritt eine deutliche Schmerzsensitivierung zutage, wie wir sie von chronischen Schmerzpatienten kennen.“

Ursache für chronische Schmerzsyndrome?

Eine aktuelle Analyse mehrerer epidemiologischer Studien zu chronischem Schmerz, in die auch die Biografie der Patienten/innen mit einbezogen wurde, hat Hermann zufolge ergeben, dass wohl auch viel später im Leben auftretende chronische Schmerzsyndrome durch frühkindliche Traumata verursacht werden können. Als mit ursächlich für späteren chronischen Schmerz zeigten sich dabei nicht nur früh erlittene körperliche Schmerzen, sondern auch emotionale Traumata, so vor allem der frühe Verlust der Mutter.

Rat an Eltern zum Umgang mit kindlichem Schmerz

„Der Nachweis derart langfristiger Effekte früher Erlebnisse muss natürlich zu denken geben und sollte dazu führen, Säuglingen jede unnötige Schmerzerfahrung zu ersparen“, forderte Hermann. Andererseits betonte sie jedoch auch, dass Panik nicht angebracht sei. So gehöre Schmerz zum Leben, und es gäbe noch viele andere Faktoren, die auf die Muster der Schmerzverarbeitung Einfluss hätten. Dazu gehöre auch das Verhalten der Eltern. Wenn Säuglinge schmerzhaften Erfahrungen ausgesetzt seien, sollten Eltern dem Kind eine aufmerksame, haltende Atmosphäre bieten, aber die Situation nicht durch ihr eigenes Verhalten „dramatisieren“. Dies könne „wie ein Puffer wirken, die Schmerzverarbeitung dämpfen und der Prägung einer Hypersensitivierung vorbeugen“, so der Rat von Hermann an die betroffenen Eltern.



© detailblick / Fotolia

¹ EFIC abstract 47: Early life adverse experiences – painful in early life, and beyond.