



Schmerzlos in Deutschland? Jugendliche richtig behandeln *Initiative Schmerzlos* klärt Eltern und Erziehungsberechtigte auf

Seit dem 1. September 2013 gibt es die Aufklärungskampagne von RB Deutschland: *Initiative Schmerzlos* zum richtigen Umgang mit Schmerzen bei Jugendlichen. Die Initiative informiert Eltern und Erziehungsberechtigte über eine angemessene, altersgerechte Schmerzbehandlung mit dem Fokus auf Kopfschmerzen und Migräne, die auf die speziellen Bedürfnisse von Jugendlichen eingeht. Unterstützt durch renommierte Mediziner gibt die *Initiative Schmerzlos* Hilfestellung. Sie klärt über verschiedene Schmerzarten und deren Ursachen auf. Mütter und Väter erfahren, welche Behandlungsmöglichkeiten es gibt, wie man Schmerzen bei Jugendlichen vorbeugen kann und welche Maßnahme bei welcher Schmerzart angewendet werden kann, wenn natürliche Ansätze nicht ausreichend wirksam sind.

Unterstützt wird die *Initiative Schmerzlos* von drei namhaften Experten, die auf die Behandlung von Schmerzen spezialisiert sind: **Dr. med. Astrid Gendolla** (Fachärztin für Neurologie, Spezielle Schmerztherapie und Psychotherapie mit einer eigenen Praxis in Essen), **Prof. Dr. med. Dr. phil. Stefan Evers** (Facharzt für Neurologie, Spezielle Schmerztherapie und Neurologische Intensivmedizin, Professor am Universitätsklinikum Münster sowie Chefarzt der Neurologischen Klinik am Krankenhaus Lindenbrunn in Copenbrügge, Autor der Leitlinie „*Therapie idiopathischer Kopfschmerzen im Kindes- und Jugendalter*“) und **Dr. med. Raymund Pothmann** (Facharzt für Neuropädiatrie, Spezielle Schmerztherapie und Systemische Psychotherapie sowie Leiter des Zentrums für Integrative Kinderschmerztherapie und Palliativmedizin in Hamburg, Autor der Leitlinie „*Therapie idiopathischer Kopfschmerzen im Kindes- und Jugendalter*“).

Nicht mehr Kind und doch noch nicht erwachsen

Die Entwicklung vom Kind zum Erwachsenen ist für viele Jugendliche eine spannende Zeit mit vielen Herausforderungen. Eine Zeit, in der sich Mütter und Väter auch manchmal unsicher sind, wie sie sich gegenüber ihren jugendlichen Kindern verhalten sollen, wenn sie Schmerzen haben. Jugendliche sind nicht mehr Kind und doch noch nicht erwachsen. Sie wollen unabhängiger von ihren Eltern werden, doch wenn sie krank sind, vertrauen Jugendliche oft auf den Rat ihrer Eltern und besonders ihrer Mütter. Gerade, wenn Jugendliche Schmerzen haben, stellt sich für Eltern die Frage, wie sie damit umgehen sollen und welchen Rat sie geben können.

Kopfschmerzen sind die häufigste Schmerzart bei Jugendlichen

Akute Schmerzen sind bei Jugendlichen in Deutschland keine Seltenheit. Am häufigsten leiden sie unter Kopfschmerzen. In der Münchener Untersuchung zu Kopfschmerzen bei Gymnasiasten berichteten über 80 % der 12- bis 19-Jährigen in den vergangenen sechs Monaten Kopfschmerzen gehabt zu haben (1). Hinzu kommen Regel- und Rückenschmerzen als weitere häufige Schmerzarten. Bei fast jedem vierten Jugendlichen traten die Schmerzen einmal pro Woche oder öfter auf. Untersuchungen zufolge nahm die Schmerzprävalenz mit dem Alter der Jugendlichen signifikant zu. Dabei hatten Mädchen häufiger Schmerzen als gleichaltrige Jungen (2).

Schmerzursachen bei Jugendlichen gibt es viele: Stress in der Schule, emotionale Probleme, Muskelverspannungen oder Reizüberflutung. Experten der Universität München gehen davon aus, dass





auch der Lebensstil einen deutlichen Einfluss auf die Entstehung von Kopfschmerzen haben kann. So lassen sich Migräne und Spannungskopfschmerzen häufiger bei Jugendlichen beobachten, die viel rauchen, Alkohol trinken und sich selten bewegen (3).

Ständig wiederkehrende Kopfschmerzen stellen bei Jugendlichen ein ernst zu nehmendes Problem dar. Sie beeinträchtigen die Lebensqualität und können zu wiederholtem Schulausfall, mangelndem Selbstbewusstsein und zur Entwicklung chronischer Schmerzen führen. Ergebnisse einer schwedischen Studie haben gezeigt, dass bei Kindern und Jugendlichen, die an Migräne litten, über 50 % diese auch noch als Erwachsene hatten (4). Hier zeigt sich ganz klar der Handlungsbedarf bei der Aufklärung von Eltern und Erziehungsberechtigten über den richtigen Umgang mit Schmerzen bei Jugendlichen. Eltern sollten ihre jugendlichen Kinder ernst nehmen und für eine leitliniengerechte Behandlung ärztlichen Rat einholen.

Initiative Schmerzlos klärt Eltern und Erziehungsberechtigte auf

Die Website www.initiative-schmerzlos.de bietet viele wertvolle Informationen zu Ursachen jugendlicher Schmerzen, Tipps zur Vorbeugung und für den Umgang mit Kopfschmerzen sowie wichtige Hinweise zur richtigen Dosierung und Einnahme von Schmerzmitteln. Auf der Webseite ist auch der Blog der ersten Stipendiatin der Initiative Schmerzlos, Dr. med. Alexandra Albat, integriert.

Quellen:

- (1) R. von Kries, F. Heinen, A. Straube. MUKIS: Münchner Untersuchung zu Kopfschmerzen bei Gymnasiasten - Interventionsstudie. Erste Ergebnisse der MUKIS-Erstbefragung. LMU Ludwig-Maximilians-Universität München. Stand: Juli 2012.
- (2) U. Ellert, H. Neuhauser, A. Roth-Isigkeit: Schmerzen bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland: Prävalenz und Inanspruchnahme medizinischer Leistungen. Ergebnisse des Kinder- und Jugendgesundheits surveys (KiGGS), Bundesgesundheitsbl – Gesundheitsforsch – Gesundheitsschutz, 516, 2007.50:711-717
- (3) Ludwig-Maximilians-Universität München, Presseinformation vom 10.6.2010: „Ein gesunder Kopf auf einem gesunden Körper.“ Im Internet abrufbar unter: <http://www.uni-muenchen.de/aktuelles/presseinformationen/2010/f-32-10.html>
- (4) Bille B. (1997): A 40-year follow-up of school children with migraine. Cephalalgia; 17: 488-491

Über RB:

RB (Reckitt Benckiser) ist das weltweit führende Unternehmen im Bereich Consumer Health und Hygiene. Das Unternehmen besitzt operative Gesellschaften in über 60 Ländern mit Hauptsitzen in London, Dubai und Amsterdam und vertreibt seine Produkte in fast 200 Ländern. Weltweit beschäftigt RB etwa 37.000 Mitarbeiter.

Mit dem Ziel, innovative Lösungen für ein gesünderes Leben und ein glücklicheres Zuhause zu liefern, gehört RB zu den Top 20 Unternehmen der London Stock Exchange. Heute ist RB dank seiner herausragenden Innovationskraft weltweit die Nummer 1 oder Nummer 2 in den meisten seiner schnell wachsenden Marktsegmente. Das Portfolio aus den Bereichen Gesundheit, Hygiene und Haushalt wird angeführt von den 19 weltweiten Powerbrands wie Nurofen, Dobendan, Gaviscon, Durex, Scholl, Clearasil, Sagrotan, Veet, Cillit Bang, Finish, Vanish, Calgon, Air Wick und Woolite. 80 Prozent aller Einkünfte entstammen den Health- und Hygiene-Segmenten des Portfolios.

Dank einer neuen Generation talentierter Mitarbeiter, bei denen sich intellektuelle Neugierde mit einer Verpflichtung für höchste Qualitätsansprüche vermischt, ist RB bereit, die Welt der Consumer Health und Hygiene neu zu definieren. Die Grundlage des Unternehmenserfolges von RB stellen Mitarbeiter und Firmenkultur. Unsere Mitarbeiter zeichnen sich durch ein hohes Maß an Eigeninitiative und unternehmerisches Denken aus, sie wollen etwas bewegen und erhalten dazu bei RB alle Möglichkeiten. Sie scheuen sich nicht davor, Verantwortung zu übernehmen und über sich hinaus zu wachsen. Dies zeigt sich überdies im Bereich der Nachhaltigkeit, wo das Unternehmen sich zum Ziel gesetzt hat, bis 2020 sowohl den Verbrauch von Wasser als auch den CO₂-Ausstoß um jeweils ein Drittel zu reduzieren und ein Drittel seines Nettoumsatzes aus nachhaltigen Produkten zu erwirtschaften. Darüber hinaus ist RB der größte weltweite Partner aus der FMCG-Branche der gemeinnützigen Kinderrechtsorganisation Save the Children, wobei sich beide Partner zum Ziel gesetzt haben, Durchfallerkrankungen als zweithäufigste Todesursache bei Kindern unter fünf Jahren, gemeinsam merklich zu reduzieren. Insgesamt will RB 200 Millionen Menschen erreichen und ihr Verhalten in den Bereichen Gesundheit und Hygiene verbessern.

Weitere Informationen finden Sie auf www.rb.com/de

