

Praxisnahes Studium ermöglichen

Projekt nimmt Industrie in Blick

JENA. Nicht immer passen die Inhalte und Fähigkeiten, die Studenten an der Uni lernen, mit denen überein, die Unternehmen benötigen. Für den Bereich Fernerkundung und Geografische Informationssysteme will das die Universität Jena jetzt ändern.

Hintergrund ist das Projekt mit dem sperrigen Titel „Towards an innovative strategy for skills development and capacity building in the space geo-information sector supporting Copernicus user uptake“, kurz EO4GEO. Die Jenaer Uni ist die einzige in Deutschland, die sich dabei am Austausch mit 26 europäischen Industrie- und Ausbildungspartner beteiligt.

„Zu unseren Aufgaben gehört zunächst, spezifische Lücken zwischen dem, was die Industrie benötigt, und dem, was Hochschulen unterrichten, zu identifizieren“, sagt Christiane Schmulius, Lehrstuhlinhaberin und Projektleiterin an der FSU.

Danach ginge es daran, den „Body of Knowledge“, eine bereits bestehende Wissensdatenbank der Geoinformatik, um Konzepte und Methoden der Erdbeobachtung zu erweitern. „Außerdem wird unser dreiköpfiges Team konkrete Trainingsmaßnahmen entwickeln, um zu künftige Nutzer von Erdbeobachtungsdaten besser zu unterrichten“, sagt Schmulius. Gefördert wird das Projekt von der Europäischen Union, die Universität Jena erhält rund 130 000 Euro.

Einblick für Schüler

ILMENAU. Von wegen Nerds: Wie reizvoll und nützlich Informatik ist, will die Technische Universität Ilmenau Schülern an einem Aktionstag vermitteln. Am Sonnabend, 9. Juni, können Jugendliche zwischen 14 und 18 Jahren das Fach kennenlernen und selbst experimentieren. In Workshops erfahren sie, wie Software entwickelt wird oder wie das Internet Pakete weiterleitet. Möglich ist beispielsweise auch, ein digitales Stethoskop für das eigene Handy zu bauen. In Gesprächen mit Wissenschaftlern und Studenten sollen die Schüler erfahren, wie abwechslungsreich die Studiengänge Informatik, Ingenieurinformatik, Biomedizinische Technik sowie Technische Kybernetik und Systemtheorie sind. Eltern, die ihre Kinder begleiten, sind im Elterncafé willkommen. Dort erfahren sie von Gesprächspartnern der Fakultät für Informatik und Automatisierung alles rund um Studium und Leben in Ilmenau.

● Sonnabend, 9. Juni, 9-15 Uhr, TU Ilmenau; Anmeldung: www.tu-ilmenau.de/schuelerworkshop oder Telefon (03677) 69-2868

Schmerz, lass nach!

Das Team der Jenaer Schmerztagesklinik hilft Patienten, körperlich und seelisch wieder in Bewegung zu kommen

VON KATJA DÖRN

JENA. Wenn es nicht mehr aufhört, weh zu tun und der Alltag zur Qual wird: Unter chronischen Schmerzen leiden etwa 10 bis 20 Prozent der Bundesbürger. Im Jenaer Uniklinikum hilft seit fünf Jahren das thüringenweit einzigartige interdisziplinäre Team der Tagesklinik für Schmerztherapie den Patienten.

Über die tägliche Pein, Schmerztabletten und Möglichkeiten der Selbsthilfe sprachen wir mit Maria Richter, Psychologische Psychotherapeutin an der Schmerztagesklinik.

Viele spüren häufig ein leidiges Stechen im Rücken. Wann ist ein Schmerz aber chronisch?

Auf diese Frage ist eine klare Antwort gar nicht so schnell möglich. Die Definition sagt, mindestens drei Monate anhaltend oder in kurzen Abständen wiederkehrende Schmerzen. Das heißt aber, dass diese Abstände nicht genau definiert sind. Deswegen erheben wir Chronifizierungsstadien – leicht, mittel oder schwer chronifiziert – indem andere Punkte mit einbezogen werden. Zum Beispiel, ob man eine Operation hatte, ob der Schmerz mehrere Stellen betrifft, wie stark der Alltag eingeschränkt ist und vieles mehr. Aus diesen verschiedenen Fragen kann man eine Summe ermitteln und einordnen. Ganz einfach in chronisch und nicht-chronisch lässt es sich nicht unterteilen.

10 bis 20 Prozent der Bevölkerung leidet im Leben an chronischen Schmerzen. Das ist ein sehr hoher Prozentsatz. Ihr Institut muss ja dauerhaft ausgelastet sein.

Unsere Therapieplätze sind meistens gut ausgelastet, das stimmt, aber leider bekommt nur ein geringer Prozentsatz eine multimodale Schmerztherapie, wie wir sie anbieten. Im Schnitt kommen die Patienten auch relativ spät zu uns, etwa sieben Jahre nach Schmerzbeginn. Es wäre wünschenswert, wenn dies nach ein, zwei Jahren der Fall wäre, damit man deutlich größere Erfolge bei der Behandlung erzielen kann.

Die Patienten haben dann bestimmt schon viel durchgemacht. Sie waren also nicht nur beim Hausarzt in Behandlung?

Genau. Es ist Voraussetzung für eine solche Multimodale Schmerztherapie, dass die Patienten schon bei mehreren Fachärzten waren und die bisherigen Behandlungen erfolglos waren. Das ist aber auch Teil des Problems: Bevor man mehrere Therapien hatte, vergehen viele Monate, in denen der Schmerz weiter chronifiziert.

Vermutlich versuchen auch viele Patienten, sich mit dem Griff zu Schmerzmitteln zu helfen. Was halten Sie vom Medikamenteneinsatz?

Unser Motto ist: So viel wie



Die einen plagt der Rücken, andere hadern mit chronischem Nervenschmerzen: Am Universitätsklinikum Jena werden ihnen alltagstaugliche Therapieformen vermittelt.

nötig, so wenig wie möglich. Beim überwiegenden Teil der Patienten reduzieren wir die Medikamente. Opiate, die stärkeren Schmerzmittel, setzen wir meist ab oder versuchen diese zu reduzieren. Es gibt aber auch Patienten, die zusätzlich Medikamente erhalten, beispielsweise bei einem typischen Nervenschmerz, der durch die richtige Medikation oft deutlich verbessert werden kann.

Das Team der Schmerztagesklinik rät Patienten zu Sport und Selbsthilfestrategien. Was genau kann helfen?

Es gibt nicht-medikamentöse Methoden, die man auch schnell eigenständig anwenden kann. Vor allem Bewegung hilft. Alles, was Spaß macht und womit man sich wohlfühlt, wird empfohlen. Bei uns sind das oft Aktivitäten wie Nordic Walking und Thai Chi oder auch verschiedene Kraftübungen wie Kniebeugen. Wichtig ist dabei aber immer, die richtige Dosis zu finden und auf die eigenen Belastungsgrenzen zu achten.

Und andere Methoden?

Methoden zur Entspannung und zur Regeneration sind an dieser Stelle genauso wichtig. Wir bringen den Patienten die Progressive Muskelentspannung bei. Andere Beispiele sind warme oder kalte Güsse, Selbstmassagetechniken und Achtsamkeitsübungen für den Alltag. Oder die Handhabung des TENS-Gerätes, kurz für Transkutane Elektrische Nervenstimulation. Damit kann man Strom auf die betroffenen Körperstellen aufbringen und so den Schmerz lindern.

Das müsste aber in der Klinik gemacht werden!



„Vor allem Bewegung hilft bei chronischem Schmerz.“

Maria Richter, Psychologische Psychotherapeutin an der Schmerztagesklinik des Universitätsklinikums Jena

Nein, das können Patienten im Alltag selbst nutzen. Es ist ein kleines Gerät, das viele Patienten dann auch mit auf die Arbeit nehmen. Wir versuchen wirklich, nur Dinge zu vermitteln, die alltagstauglich sind. Die tagesklinische Behandlung hat den Vorteil, dass die Patienten ihren Alltag weiterführen, nachmittags z.B. ihre Kinder abholen können und am Wochenende die gelernten Techniken gleich zu Hause ausprobieren können.

Schnell lässt sich ein chronischer Schmerz nicht heilen. Wie lang sind Patienten im Durchschnitt bei Ihnen in Behandlung?

Ein Behandlungskurs geht immer über vier Wochen, die Patienten sind dann wochentags von 8 bis 15 Uhr bei uns. Nach drei Monaten kommen drei weitere Behandlungstage dazu. Diesen Zeitraum von mindestens drei bis vier Wochen empfiehlt auch die Deutsche Schmerzgesellschaft. Die meisten Patienten haben nach drei Monaten nicht

nur eine Verbesserung der Alltagsfähigkeiten, sondern tatsächlich weniger starke Schmerzen.

Welche Rolle spielt die Psychologie bei der Schmerzbehandlung?

Wir gehen in der Schmerzbehandlung vom bio-psycho-sozialen Ansatz aus, das heißt, dass es sowohl von körperlicher als auch von psychischer Seite schmerzbeeinflussende Faktoren gibt. Die Aufgabe der Psychotherapeuten ist, die psychosozialen Faktoren gemeinsam mit den Patienten herauszufinden, um zu erkennen, was den Schmerz mit beeinflusst. Das können die Angst vor bestimmten Bewegungen sein oder ein übermäßiges Durchhalten in Leistungssituationen wegen eines hohen Perfektionismus. Wir versuchen in der Therapie, eine bessere Balance und Selbstwahrnehmung im Alltag herzustellen.

Wie ist das Team der Schmerztagesklinik insgesamt aufgestellt?

Von ärztlicher Seite arbeiten hier Schmerztherapeuten und Fachärzte für Physikalische und Rehabilitative Medizin. Es gibt zwei Psychologische Psychotherapeutinnen, Sportwissenschaftler, die die Bewegungstherapie durchführen und koordinieren, Ergo- und Physiotherapeuten. Für die Pflege gibt es auch speziell ausgebildete Schmerzschwestern, „pain nurses“ heißen sie. Sie machen bei uns auch die Entspannungstherapie, arbeiten also co-therapeutisch mit. Der große Unterschied zu konventionellen Behandlungen ist, dass wir interdisziplinär arbeiten und uns täglich abstimmen. Wir sitzen je-

den Tag im Team zusammen, schauen uns den Behandlungsverlauf an und versuchen, Widersprüche in der Behandlung zu vermeiden. Denn das wäre genau das, was die Patienten meist jahrelang erlebt haben.

Und die Krankenkassen übernehmen die Behandlungskosten?

Normalerweise ja, mit einigen Ausnahmen. Die IKK lehnt die Kostenübernahme seit einiger Zeit ab, weshalb wir diese Patienten leider momentan meist nicht aufnehmen können. Auch die Barmer prüft jetzt häufig, das ist ein hoher bürokratischer Aufwand. In anderen Bundesländern gibt es solche Probleme mit dem Medizinischen Dienst der Krankenkassen nicht in dieser Form. Nach wissenschaftlichem Stand ist die Multimodale Schmerztherapie die Therapie mit den höchsten langfristigen Effekten bei chronischem Schmerz, das heißt auch, dass dadurch langfristig Kosten für Medikamente, stationäre Aufenthalte oder Arbeitsausfälle beim Patienten gespart werden können. Daher ist es nicht nachvollziehbar, warum die Finanzierung in Frage gestellt wird.

Aktionstag

Am bundesweiten „Aktionstag gegen Schmerz“ am Dienstag, 5. Juni, beteiligen sich auch Jenaer Schmerztherapeuten. Die Deutsche Schmerzgesellschaft schaltet zwischen 9 und 18 Uhr die kostenfreien Rufnummer (0800) 18 18 120 für Fragen von Patienten frei.

Bildungsreise nach Wien mit Bauhaus-Uni

Noch Restplätze für Interessierte

WEIMAR. Vom 16. bis 21. Juni findet die nächste Bildungsreise der Bauhaus Weiterbildungsakademie Weimar statt, für die es noch wenige Restplätze gibt.

Die Teilnehmer reisen auf den Spuren von vier großen Persönlichkeiten der österreichischen Kulturgeschichte, deren 100. Todestage 2018 begangen werden: der Maler Gustav Klimt und Egon Schiele, des Architekten Otto Wagner und des Universalkünstlers Koloman Moser.

Im Jahr 2018 wird an das Wirken dieser und vieler anderer Gestalter der Wiener Moderne erinnert. Die Stadt würdigt in zahlreichen Ausstellungen, zum Beispiel im Leopold-Museum, die spannungs- wie glorreiche Ära des geistigen und kulturellen Aufbruchs jener Zeit.

Reisestationen sind beispielsweise das Hofmobiliendepot und das Museum für angewandte Kunst. Besondere Aufmerksamkeit gilt dem Architekten und Stadtplaner Otto Wagner, der zu den Wegbereitern einer modernen europäischen Architektur gehört.

● Informationen und Kontakt: Bauhaus Weiterbildungsakademie Weimar, Telefon (03643) 584 239, E-Mail: ramona.ramlow@uni-weimar.de



Innenhof des Museums für Angewandte Kunst, Wien.

Foto: Gryffindor

Wertvolles Buch ausgestellt

JENA. Einer der größten Schätze der Thüringer Universitäts- und Landesbibliothek Jena ist die um 1100 entstandene berühmte Handschrift der Weltchronik Frutolf von Michelsberg. Der Bamberger Mönch schrieb darin eigenhändig die Geschichte von der Schöpfung bis zu seiner Gegenwart auf. In einem öffentlichen Vortrag berichtet Professor Thomas McCarthy von den Monumenta Germaniae Historica (München) über die neueste Forschung dazu. Das Publikum kann anschließend das wertvolle Buch im Original besichtigen.

● Dienstag, 29. Mai, 18 Uhr, Bibliotheksplatz 2