

## Was erwartet Sie als Patient oder Patientin in PAIN2.0?

PAIN2.0 möchte durch ein **zehnwöchiges, ambulant**es 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 Therapeut\*innen** 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 Behandler\*innen und Patient\*innen erarbeitete hilfreiche Strategien sollen **bereits während der Therapiezeit in den Alltag übernommen und weiter fortgeführt werden.**

Zum Ende der Therapie in **PAIN2.0** können bei Bedarf die Behandler\*innen mit Ihnen zusammen **weitere Empfehlungen für eine Anschluss**therapie vereinbaren, die schriftlich an Ihre (Nach-) Behandler\*innen weitergegeben werden.

## Sie haben Interesse an einer Teilnahme an PAIN2.0?

**Dann nehmen Sie Kontakt auf!**

Das ist Ihr PAIN2.0-Zentrum:

UNIVERSITÄTSMEDIZIN GÖTTINGEN  
Klinik für Anästhesiologie  
Schmerzmedizin  
Robert-Koch-Str. 40  
37075 Göttingen  
Tel.: 0551 - 39 12500  
Fax: 0551 - 39 4164

## Weitere Informationen erhalten Sie hier:



[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)

Version 1, 11.05.2022

Damit der Schmerz **nicht** chronisch wird!

Ein **NEUES** Angebot für **Patienten und Patientinnen** mit anhaltenden Schmerzen!



# PAIN2.0

PATIENTENORIENTIERT  
ABGESTUFT  
INTERDISZIPLINÄR  
NETZWERK  
THERAPIE

PATIENTENINFORMATION

GEFÖRDERT DURCH



FÖRDERKENNZEICHEN: 01NVF20023

EIN INNOVATIONSFONDSPROJEKT  
DER DEUTSCHEN SCHMERZGESELLSCHAFT E.V.

## 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 der Verbesserung der Versorgungsqualität und einer Verhinderung der Chronifizierung von Schmerzen bei Betroffenen mit wiederkehrenden Schmerzen.

**PAIN2.0** ist ein großes, bundesweites Projekt, das durch den Innovationsfonds mit öffentlichen Geldern gefördert und an 22 Standorten in Deutschland durchgeführt wird.

## PAIN2.0 ist ein Forschungsprojekt, mit einem Angebot für Menschen...

... mit **wiederkehrenden Schmerzen** von **mehr als 6 Wochen** oder **häufig wiederkehrenden Schmerzen**, wenn sie:

- mindestens 18 Jahre sind,
- sich in ihrer Lebensführung durch diese Schmerzen eingeschränkt fühlen,
- ggf. bereits erste Anzeichen auf Risikofaktoren (wie negative Stimmung oder ausgeprägte Sorgen vor der Zukunft) für eine Schmerzchronifizierung aufweisen.



Wenn diese Punkte erfüllt sind, ist das Angebot von **PAIN2.0** für Sie geeignet!

### Seien Sie dabei!

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\*in**, 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.

## Wie ist der Ablauf des Projekts?

Sie stellen sich in einem Zentrum vor, das an PAIN2.0 teilnimmt.

Dort wird noch einmal geprüft, ob PAIN2.0 wirklich für Sie geeignet ist.

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 (3-4 h/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**