

Umfrage Enthüllt, wie Chronische Schmerzen die Psychische Gesundheit Erwachsener und Jugendlicher in Deutschland Beeinträchtigen

Befragung zeigt, dass junge Menschen in Folge chronischer Schmerzen mit Depressionen und Angstzuständen zu kämpfen haben.

Düsseldorf, Deutschland – 09. September 2024 – Eine neue Umfrage unter Menschen mit chronischen Schmerzen in Deutschland zeigt die teils deutlichen Auswirkungen chronischer Schmerzen auf die psychische Gesundheit der Betroffenen. Gerade in der Gruppe der 16-24-Jährigen sind diese Leiden stark vertreten und etwa jeder Zweite leidet aufgrund der chronischen Schmerzen mindestens einmal die Woche unter Depressionen und Angstzuständen. Die von Boston Scientific im Juli 2024 in Auftrag gegebene Befragung erfasste die Antworten von 1.000 Menschen in Deutschland.

Chronische Schmerzen, definiert als Schmerzen, die länger als 12 Wochen andauern, betreffen in Deutschland rund 12 Millionen Menschen.¹ Die Umfrageergebnisse machen deutlich, dass dauerhafte Schmerzen sich auf fast alle Lebensbereiche auswirken, darunter etwa Schlaf, sportliche Betätigung sowie die Arbeitswelt:

- **Schlaf und sportliche Aktivitäten:** Dreiviertel aller Patienten mit chronischen Schmerzen leiden mindestens einmal in der Woche unter ausgeprägten Schlafstörungen, ein Drittel von ihnen sogar täglich. Fast zwei Drittel können sich mindestens einmal pro Woche nicht sportlich betätigen. Mangel an Schlaf und Sport können sich auf die psychische Gesundheit auswirken.²
- **Angstzustände und Depressionen:** Chronische Schmerzen führen dazu, dass die Befragten mindestens einmal in der Woche Depressionen (43%), Angstzuständen (41%) und anhaltender Erschöpfung (60%) empfinden.
- **Verminderte Arbeitsfähigkeit:** Rund die Hälfte der Befragten (49%) kann aufgrund ihrer Schmerzen mindestens einmal pro Woche nur eingeschränkt arbeiten.

In der Umfrage geben jüngere Menschen (16 bis 24 Jahre), Teil der Gen Z, von allen Altersgruppen am häufigsten an, sich hoffnungslos zu fühlen und nicht mehr zu wissen, an wen sie sich wenden können (36% und 39%).

Trotz der weiten Verbreitung chronischer Schmerzen, zieht es jeder fünfte Befragte (22%) vor, nur darüber zu sprechen, wenn es absolut notwendig ist. Jeder vierte Mensch mit chronischen Schmerzen fühlt sich missverstanden (27%), ein Drittel schämt sich oder fühlt sich gar schuldig. Die Gen Z teilt außerdem ihre Erfahrungen eher in den sozialen Medien (11% gegenüber 2% in der Gruppe der über 55-Jährigen), als ihre Situation mit einem Arzt oder einer Ärztin zu besprechen (8% gegenüber 24% der ältesten Befragten).

Gezielte Hilfe können chronische Schmerzpatienten etwa in Schmerzzambulanzen oder speziellen Schmerzkliniken und bei Schmerzmedizinerinnen, also Ärztinnen und Ärzten, die sich auf alle Arten von Schmerzen spezialisiert haben, erhalten. „Jeder Mensch und jeder Schmerz ist einzigartig. Daher müssen auch die Behandlungsansätze genau auf die individuelle Person abgestimmt werden“, so Prof. Dr. med. Jarek Maciaczyk, Leiter der Sektion stereotaktische und funktionelle Neurochirurgie der Neurochirurgischen Klinik am Universitätsklinikum Bonn. „Schmerzen auszuhalten oder soziale Isolation zu suchen, sollten nicht die Option sein für Menschen mit chronischen Schmerzen. Die angepassten Therapiekonzepte können dazu beitragen, chronische Schmerzen deutlich zu reduzieren und so die Lebensqualität zu verbessern.“

Der positive Effekt einer Schmerzbehandlung spiegelt sich auch in den Umfrageergebnissen wider. Durchschnittlich drei Viertel aller Befragten berichten von einer Verbesserung ihres psychischen Wohlbefindens und der Lebensqualität nach professioneller Hilfe.

„Es ist wichtig, das Bewusstsein für chronische Schmerzen zu schärfen und Behandlungsmethoden bekannter zu machen, um das empfundene Stigma dieses gesundheitlichen Themas hinter uns zu lassen“, sagte Vincent Sourdain, Vice President, Neuromodulation für die Region Europa, Naher Osten und Afrika (EMEA) bei Boston Scientific. „Die körperliche und psychische Gesundheit sind gleich wichtig, unabhängig vom Alter.“

Auf [Schmerz-Spezialisten.de](https://www.schmerzspezialisten.de) finden Betroffene nicht nur Kontakt zu Fachleuten in der Nähe, sondern auch weitere Informationen zu chronischen Schmerzen und Behandlungsmöglichkeiten. Mithilfe der Beantwortung von einfachen Fragen können sie außerdem herausfinden, welche Behandlung für Sie oder einen Angehörigen in Frage kommen kann.

Referenzen

<https://www.schmerzgesellschaft.de>. Letzter Aufruf: 29.07.2024

BMJ - Effectiveness of physical activity interventions for improving depression, anxiety and distress: an overview of systematic reviews. <https://bjsm.bmj.com/content/57/18/1203>. Letzter Aufruf: 15.08.2024.

Über die Umfrage

In der aktuellen von Boston Scientific in Auftrag gegebenen Online-Umfrage wurden bei einer nach Alter, Geschlecht, Bildung und Region repräsentativen Stichprobe 1.009 Einwohner:innen Deutschlands ab 16 Jahren (522 Frauen, 485 Männer, zwei diverse Teilnehmer), die unter chronischen Schmerzen leiden, befragt. Chronische Schmerzen wurden definiert als „jede Art von Schmerzen, die länger als drei Monate andauern“. Insgesamt wurden in Deutschland, Italien und Großbritannien 3.009 Menschen mit chronischen Schmerzen befragt. Die Umfrage wurde von CENSUSWIDE im Juli 2024 durchgeführt.

Über Boston Scientific

Boston Scientific verbessert mit innovativen medizinischen Lösungen die Gesundheit von Patient:innen in aller Welt und verändert damit ihr Leben. Als weltweit führender Anbieter von Medizintechnik treiben wir seit mehr als 45 Jahren den wissenschaftlichen Fortschritt voran, um das Leben lebenswerter zu machen. Wir bieten eine breite Palette leistungsstarker Lösungen, die die Kosten für die medizinische Versorgung senken und auf bisher nicht berücksichtigte Patientenbedürfnisse eingehen. Weitere Informationen finden Sie auf bostonscientific.eu sowie auf [Twitter](#), [Facebook](#), und [LinkedIn](#).

Medienkontakt:

Rainer Puster
Media Relations, EMEA
+491754347057
Rainer.Puster@bsci.com

<https://news.bostonscientific.eu/Umfrage-Enthullt-wie-Chronische-Schmerzen-die-Psychische-Gesundheit-Erwachsener-und-Jugendlicher-in-Deutschland-Beeintrachtigen>