

Physiotherapie in der multimodalen Schmerztherapie – hin zur Aktivierung des Patienten

Die Rolle der Physiotherapie in der multimodalen Schmerztherapie erläuterte Patrick Przybysz, Schmerzphysiotherapeut und Koordinator an der Schmerzklinik am St. Vinzenz-Hospital in Düsseldorf, anlässlich des 15. Aktionstags gegen den Schmerz am 2. Juni 2026.

Schmerz ist weit mehr als ein bloßes Warnsignal für eine Gewebeschädigung: Die moderne Wissenschaft versteht Schmerz als multidimensionales Erlebnis (nach dem bio-psycho-sozialen Modell). Lange Zeit wurde der Fehler gemacht, hochkomplexe Schmerzbilder auf rein biomedizinische Erklärungen zu degradieren. Die aktuelle Datenlage zeigt jedoch sehr klar die Grenzen dieses mechanischen Reparatur-Ansatzes auf.

Die Kernaufgabe der Physiotherapie wandelt sich in der modernen Schmerztherapie daher generell stark in Richtung einer Coaching-Rolle – ein Anspruch, der sowohl für die ambulante Praxis als auch für die Klinik gelten sollte. Die Physiotherapeuten verabschieden sich als Berufsstand zunehmend von dem passiven Ansatz „Ich heile dich“ und sagen stattdessen: „Ich zeige dir, wie du selbst aktiv werden kannst.“ So wird der Patient dazu befähigt, konsequent eine aktive Rolle in seiner Therapie einzunehmen.

Untersuchungen belegen, dass die Kombination aus Bewegung und fundierter Schmerzedukation am besten funktioniert. Ein reines Bewegungsprogramm wirkt oft nur kurzfristig, wenn das tiefere Verständnis dahinter fehlt.

Als Fazit nannte Przybysz: Moderne Schmerztherapie bedeutet, den Menschen in seiner Ganzheit zu sehen. Bewegung ist dabei kein rein mechanisches Werkzeug, sondern ein mächtiger Reiz. Aber erst wenn wir Bewegung mit Wissen koppeln und die Patientinnen und Patienten aktiv in die Verantwortung coachen, wird die Therapie wirklich erfolgreich.