

# Herzlich Willkommen

## Schmerz lass nach! Atemübung, Bewegung, Cannabis - Verschiedene Wege aus dem Schmerz bei Hämophilie

# Herzlich Willkommen

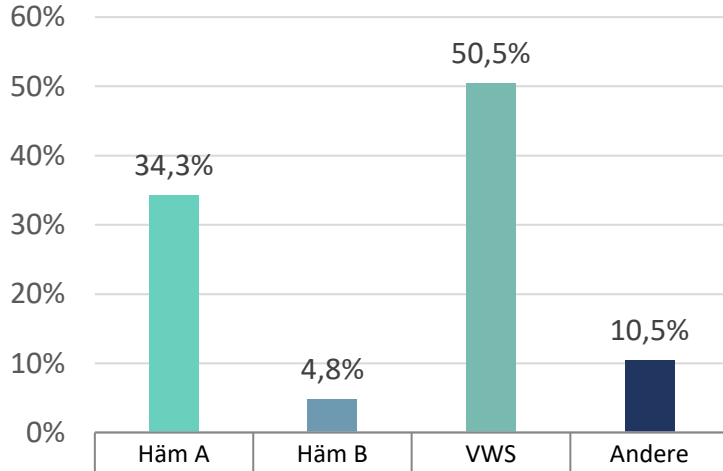


Deutsche Bluthilfe e. V.

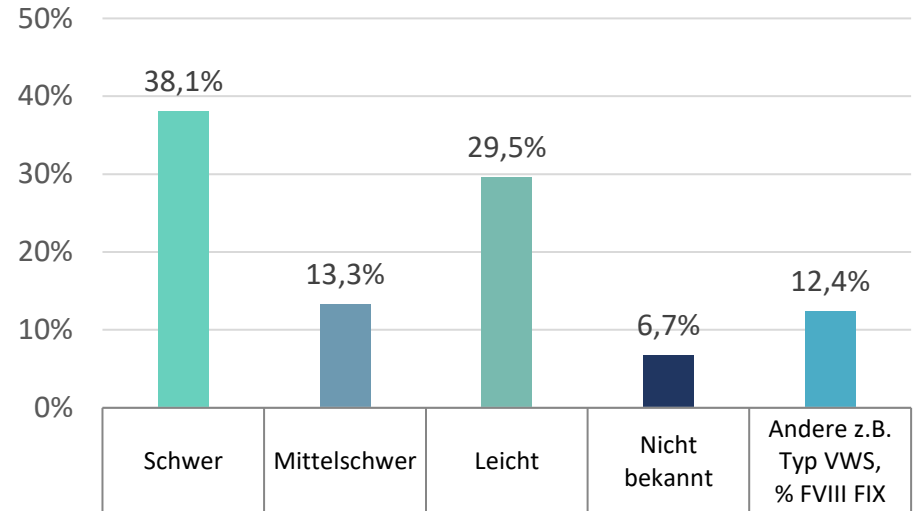


# Blutungsneigung und Schweregrad der Blutungen

Welche Blutungsneigung liegt bei Ihnen (oder dem betroffenen Familienmitglied) vor?



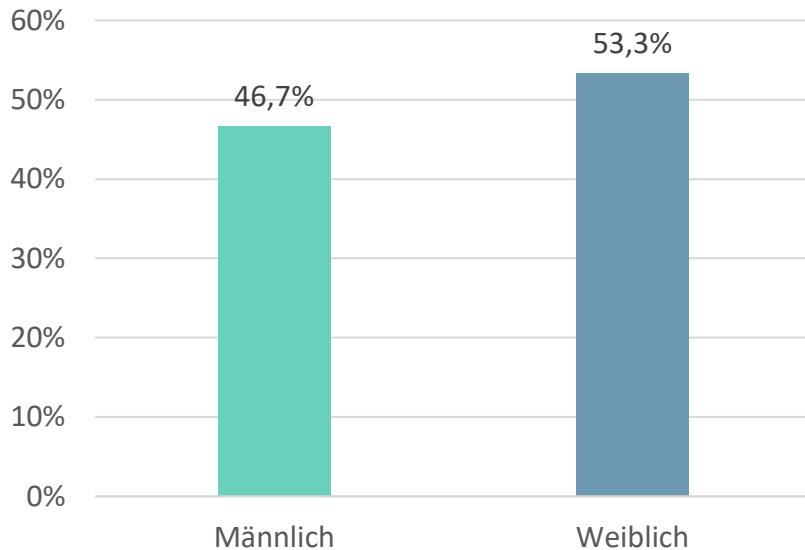
Schweregrad der Blutungsneigung?



105 Antworten von 105 Teilnehmern (n=105)

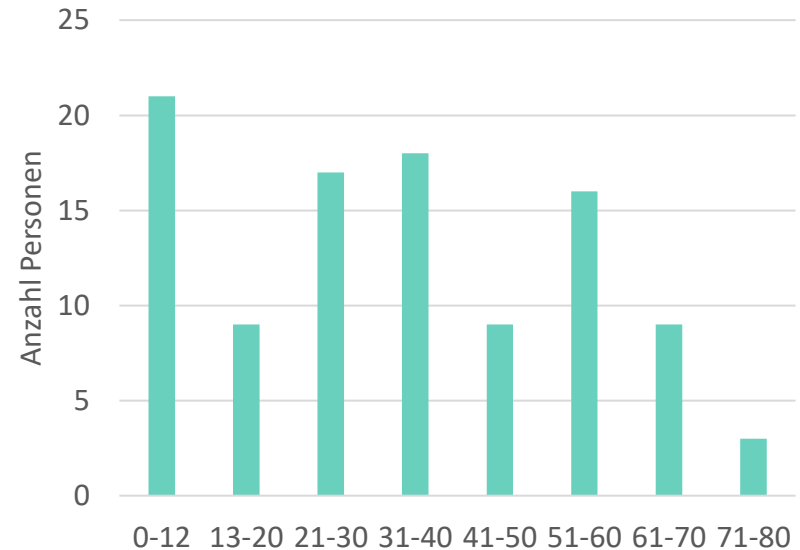
# Geschlecht und Altersverteilung

Geschlecht der betroffenen Person



n=105

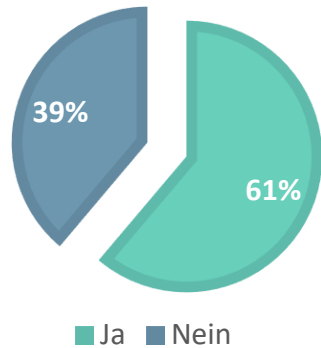
Alter der betroffenen Person (Jahre)



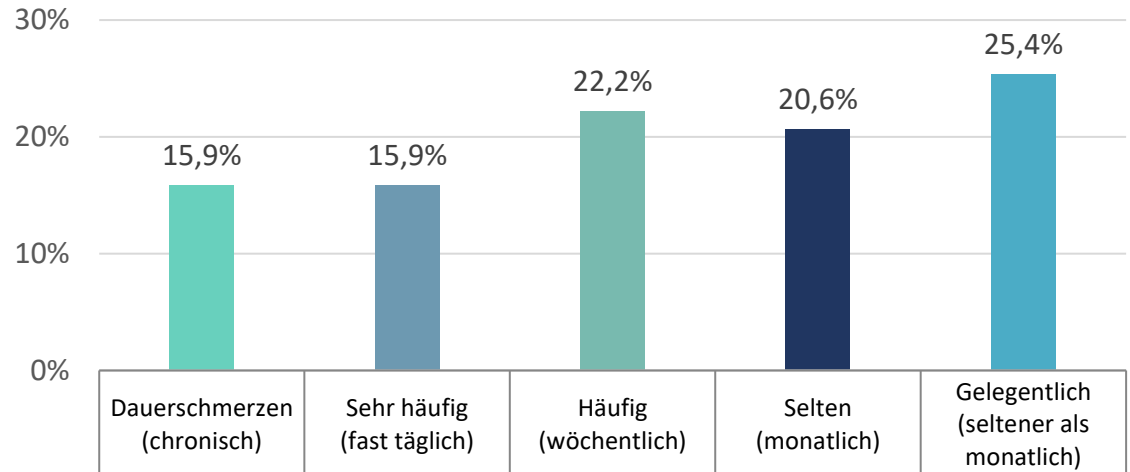
n=102; Jüngste/r < 1 Jahr; Älteste/r 77 Jahre

# Schmerz und Blutungsneigung

Hatten Sie im Zusammenhang mit Ihrer Blutungsneigung bereits Schmerzen?

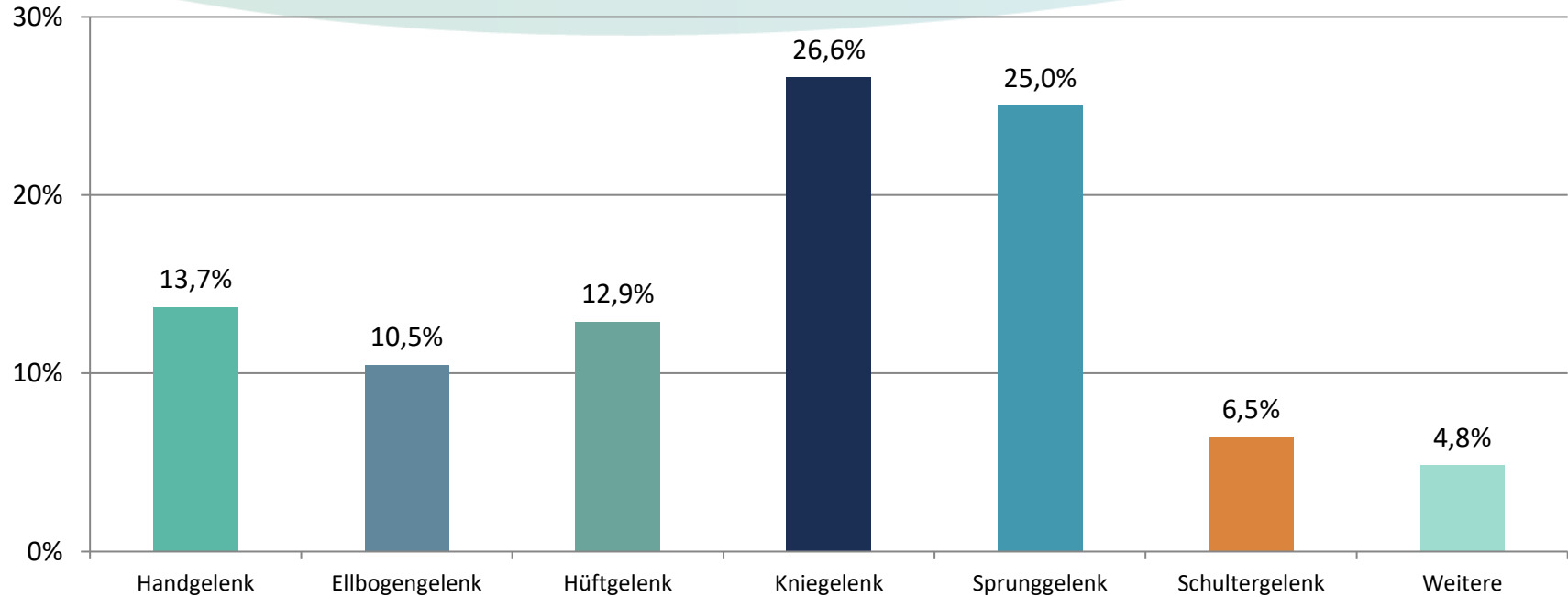


Wie häufig haben Sie Schmerzen im Zusammenhang mit Ihrer Blutungsneigung?



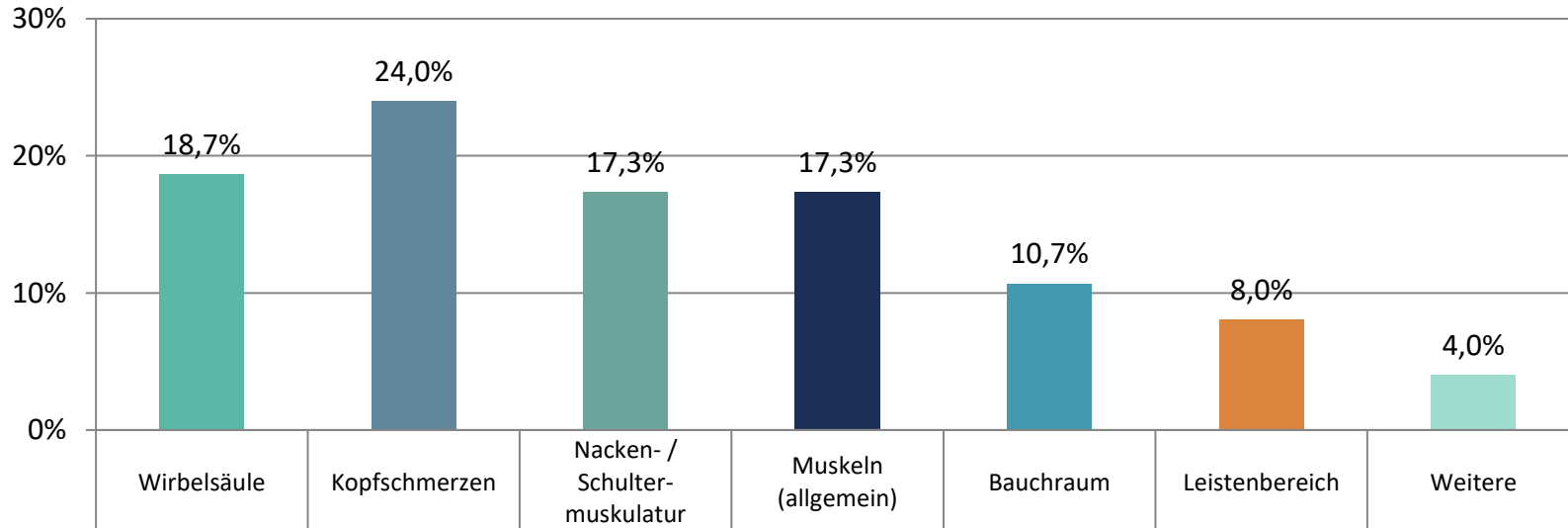
n=103

# Wo treten Schmerzen am häufigsten auf? - Gelenke\*



\* n=63 Mehrfachnennung, max. 6 Antworten möglich

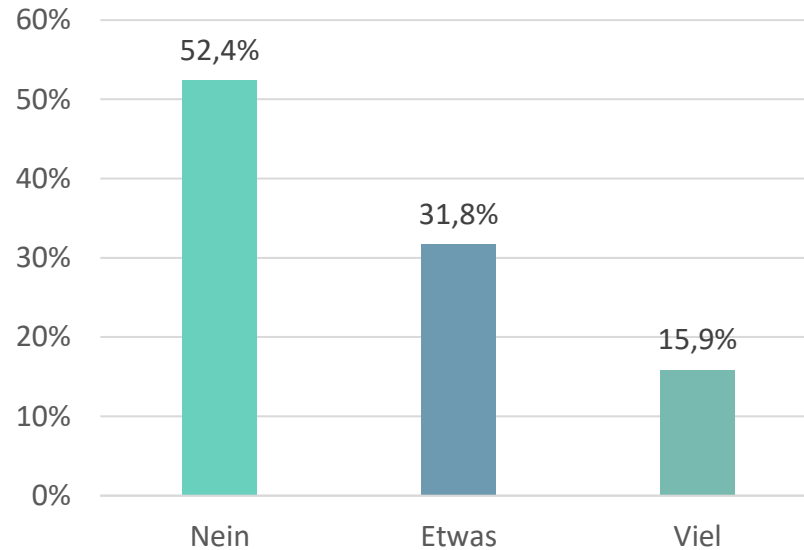
# Wo treten Schmerzen am häufigsten auf? Andere Regionen\*



\* n=63 Mehrfachnennung, max. 6 Antworten möglich

# Schmerzen bei der Punktion?

Haben Sie Schmerzen bei der Punktion?

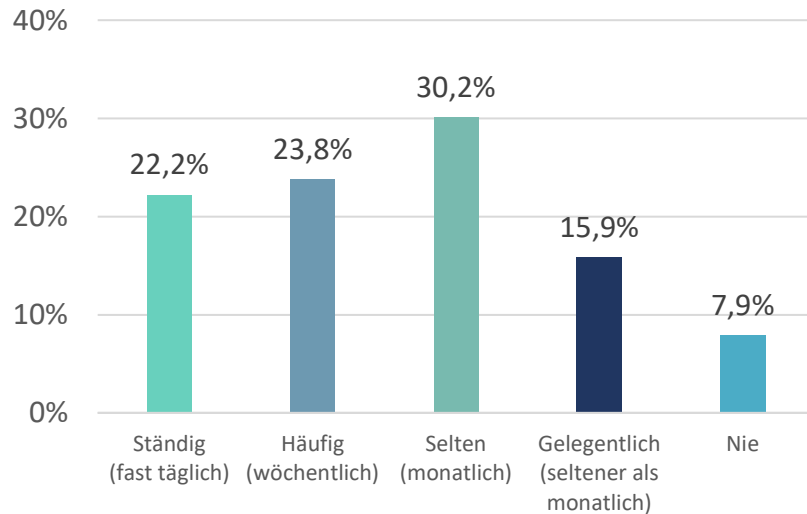


n=63

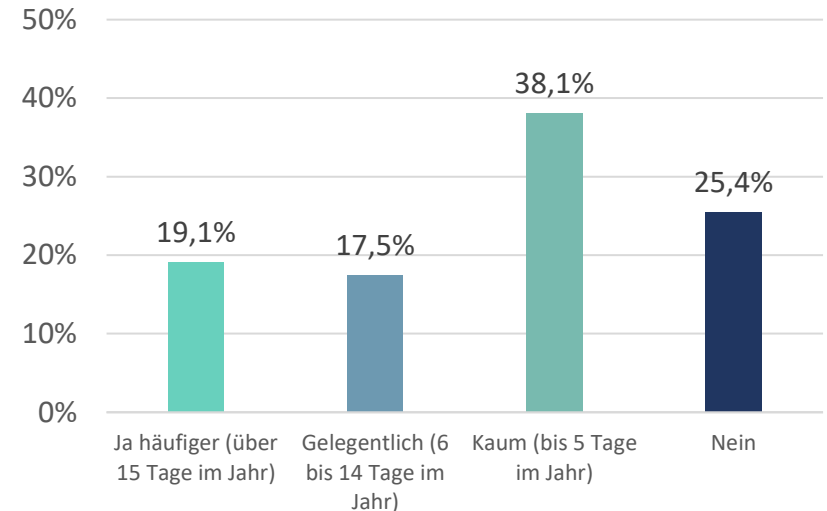


# Einfluss von Schmerzen auf Alltag und Fehlzeiten

Inwieweit beeinträchtigen die Schmerzen Ihren Alltag?



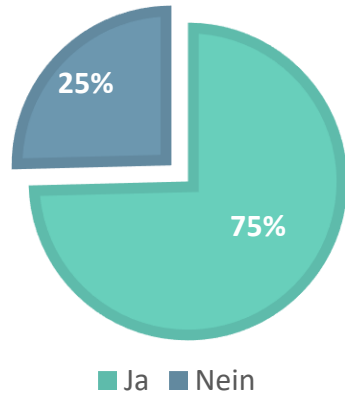
Kommt es aufgrund der Schmerzen zu Fehltagen in Schule / Beruf / Freizeit?



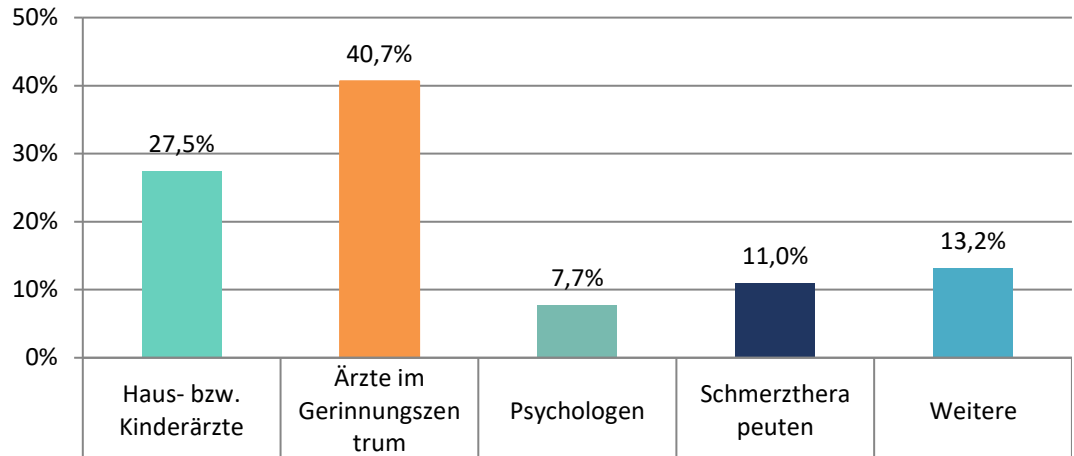
n=63

# Schmerzen ansprechen

Sprechen Sie über Ihre Schmerzen?

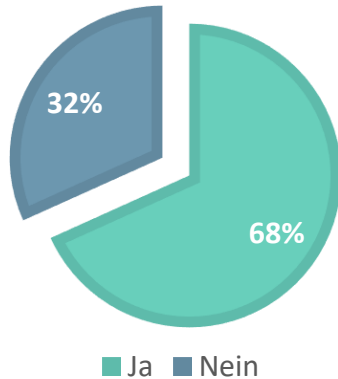


Mit wem sprechen Sie über Ihre Schmerzen?

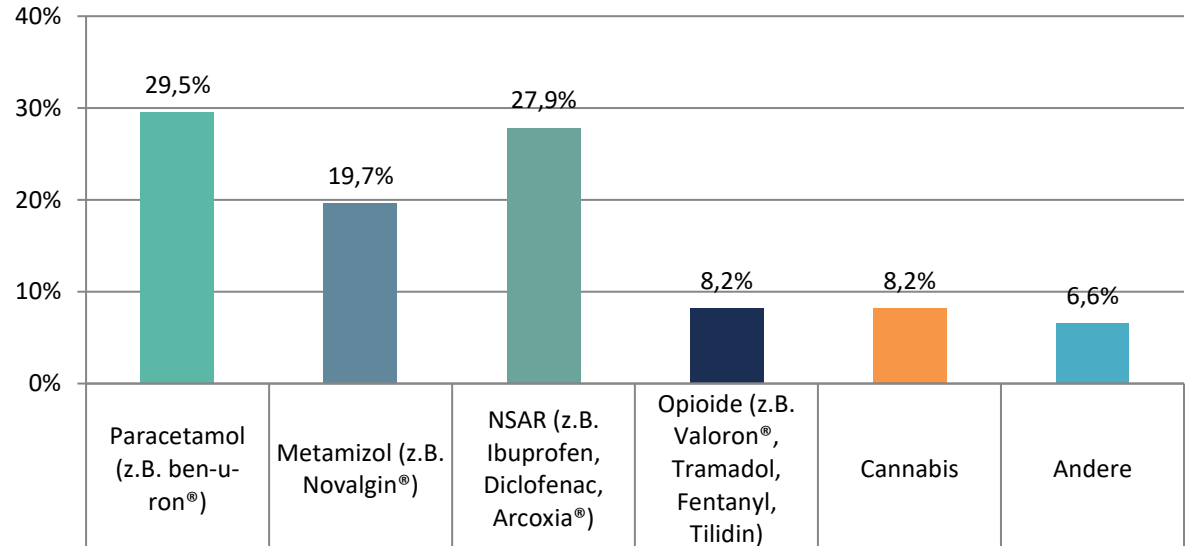


# Medikamente zur Schmerzbehandlung

Nehmen Sie Medikamente, um die Schmerzen zu lindern?

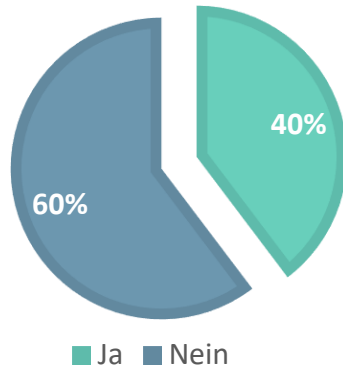


Welche „Art“ von Medikamenten nehmen Sie gegen die Schmerzen?

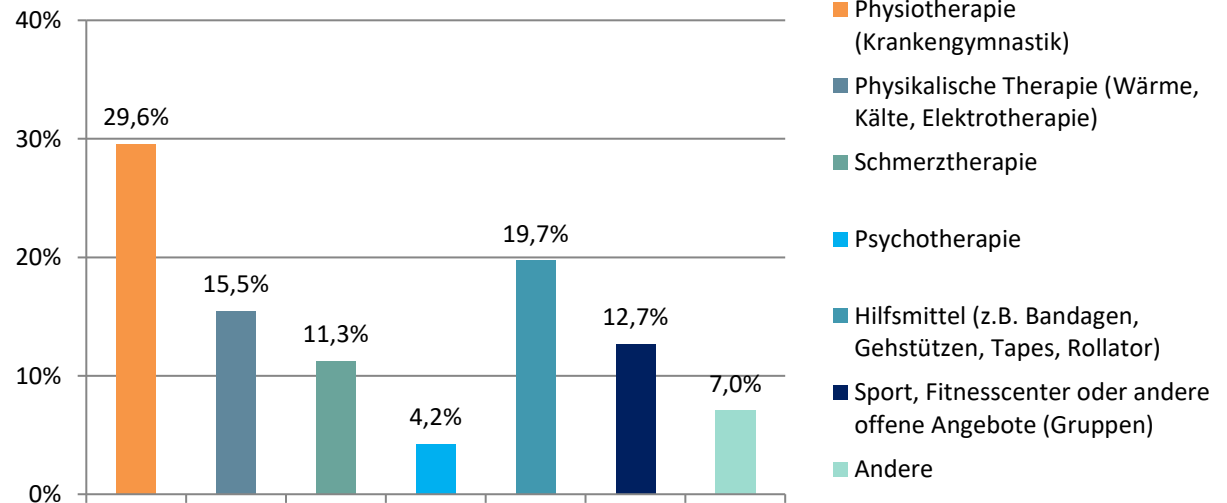


# Weitere Unterstützung

Nehmen Sie weitere Unterstützung in Anspruch, um Ihre Schmerzen zu lindern?

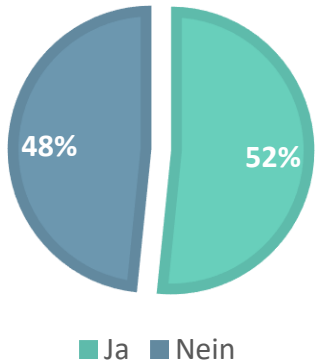


Wenn Sie weitere Unterstützung in Anspruch nehmen, wie sieht diese aus?

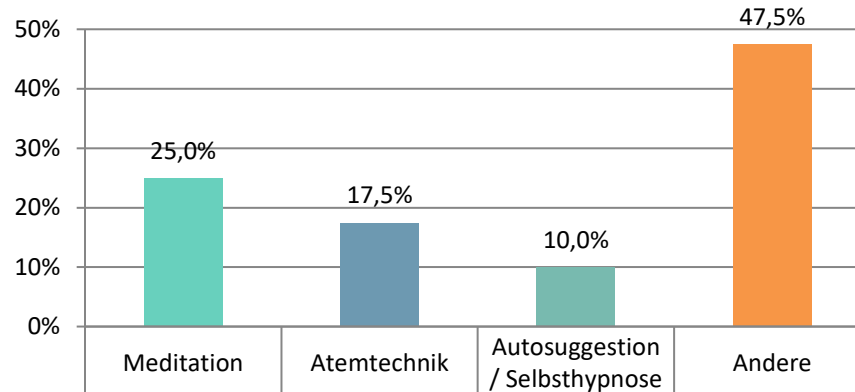


# Haben Sie eigene Strategien, um mit den Schmerzen besser klarzukommen?

Eigene Strategien?



Welche Strategien sind dies?



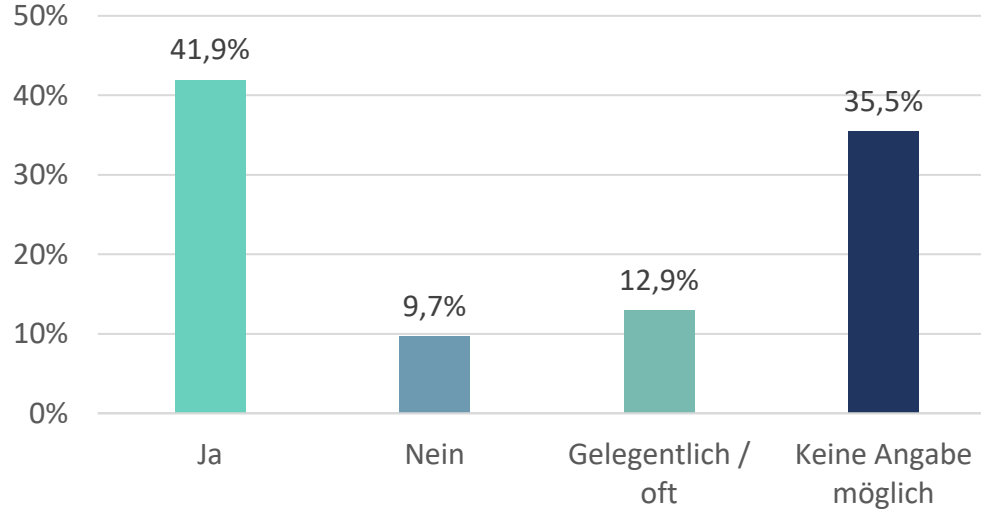
Andere:

- Ablenkung, Ignorieren
- Schonung, Ruhe
- Wärme, Kühlen
- Yoga, Sport, Bewegung
- Massage, Entspannung
- Fuß bewusst abrollen
- PECH-Regel\*

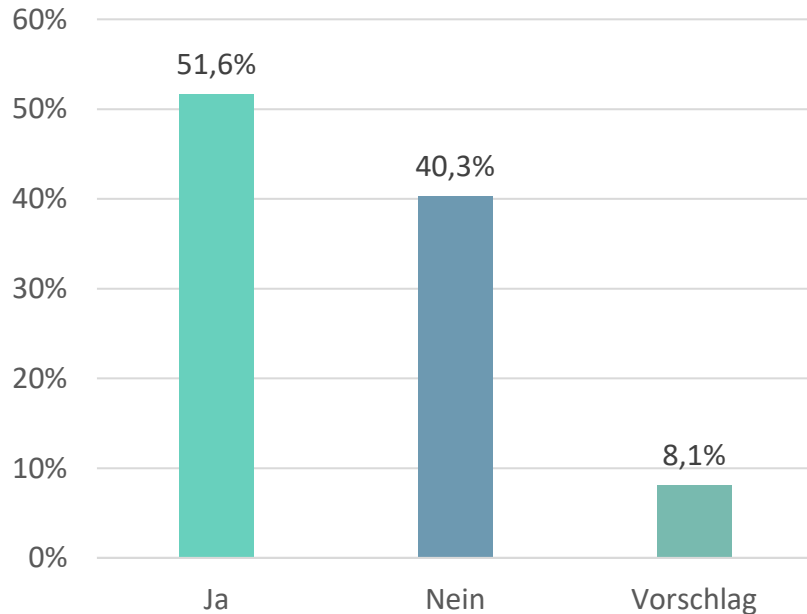
\*Pause, Eis, Compression, Hochlagern

# Einfluss der Faktorsubstitution

Im Falle einer Blutung: Werden die Schmerzen nach Faktorsubstitution besser?



# Wünschen Sie sich eine bessere Unterstützung für Ihre Schmerztherapie?



## Vorschläge:

- Direkte Ansprache im Zentrum; wird häufig vergessen
- Gründliche Aufklärung der Hausärzte
- Es sollte ernster genommen werden
- Ganzheitliche Unterstützung von Spezialisten, da man mit dem Thema nicht-medikamentöse Methoden alleine gelassen wird.
- Seit Covid gibt es nur schwer bis gar keine Termine

# Vielen Dank für Ihre Teilnahme

**Weitere Informationen finden Sie hier:**

[www.igh.info](http://www.igh.info)

[www.deutschebluthilfe.com](http://www.deutschebluthilfe.com)

[www.haemophilie-therapie.de](http://www.haemophilie-therapie.de)

[www.octapharma.de](http://www.octapharma.de)