



PrePaC

Prevention of
Pain Chronification

Soziale Arbeit in der Schmerzprävention – die sozialmedizinische Sprechstunde im Projekt PrePaC

Gisela Steinmann, Sozialarbeiterin FH, Teilprojektleiterin Netzwerk
SAGES Fachtagung, 12. November 2025



Einstieg

«Es ist für Patientinnen und Patienten wie auch für die Behandelnden und die gesamte Gesellschaft eine Kunst und Herausforderung zu lernen, mit Schmerz adäquat umzugehen.»

Prof. Dr. med. K. Streitberger



Agenda

Schmerzen verstehen – neue Wege gehen

- Vorstellen Projekt PrePaC – Prevention of Pain Chronification
- Biopsychosoziales Schmerzmodell
- Gedanken zum Präventionsverständnis
- Klinische Soziale Arbeit und sozialmedizinische Sprechstunde im Projekt PrePaC

Workshop und Austausch

- Stolpersteine im Modell
- Wie gelingt Prävention?

Unsere Ziele

Akuter Schmerz hat eine Warnfunktion. Chronischer Schmerz hingegen ist eine Erkrankung im zentralen Nervensystem, die sich im Zusammenspiel biologischer, psychologischer und sozialer Einflüsse entwickelt (Biopsychosoziales Schmerzmodell).

Neue Klassifikation (ICD-11) :

Chronischer Schmerz als eigenständige Erkrankung und nicht als Symptom

PrePaC steht für Prevention of Pain Chronification und will ...

- ... das Biopsychosoziale Schmerzverständnis in der Gesellschaft bekannter machen und Massnahmen zur Prävention von chronischen Schmerzen etablieren.
- ... Menschen mit Schmerz frühzeitig entlang eines Gesundheitspfads behandeln und somit Chronifizierungsverläufe unterbrechen.
- ... die Bedeutung der Klinischen Sozialen Arbeit und die interprofessionelle Koordination stärken.

Wer wir sind

- Wir sind ein kleines Team bestehend aus Ärztin und Arzt, Physiotherapeut, Sozialarbeiterin, Projektkoordinatorin, einer Mitarbeiterin Administration und Kommunikation, Fachsupport und Mitwirkung der FHNW und BFH.
- Projektleiter ist Prof. Dr. med. Konrad Streitberger, Universitätsklinik für Anästhesiologie und Schmerzmedizin, Inselspital Bern.
- PrePaC wird von der Gesundheitsförderung Schweiz unterstützt (Laufzeit 2023 – 2026) und ist im Inselspital Bern angesiedelt.
- Weiterführende Informationen: www.prepac.ch



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



Berner Fachhochschule
Haute école spécialisée bernoise
Bern University of Applied Sciences



Fachhochschule Nordwestschweiz
Hochschule für Soziale Arbeit



INSELSPITAL

UNIVERSITÄTSSPITAL BERN
HÔPITAL UNIVERSITAIRE DE BERNE

SCHMERZ

ZENTRUM

T1: Netzwerk und Konsortium

- Unser Netzwerk verbindet Betroffene und verschiedenste Spezialistinnen und Spezialisten, die sich für die Prävention von chronischem Schmerz einsetzen.
- 1'300 Personen und Institutionen haben bspw. unseren Newsletter abonniert.
- 40 Konsortiumspartner bestehend aus Gesundheitsinstitutionen, Berufsverbänden, Bildungsorganisationen, Versicherungen und Interessengruppen begleiten PrePaC ideell.



T2: Qualifikation und Fortbildungen

- Etablierung des PrePaC-Modells in Qualifikation und Ausbildung von Gesundheitsfachpersonen
- Durchführung und Mitwirkung bei Fortbildungen, bspw.



17.11.2025, 11:30-12:00, online [compasso](#)

Chronische Schmerzen am Arbeitsplatz: Unterstützung für Betroffene und Arbeitgeber



März bis April 2026 [Fachkurs Schmerz: biopsychosozial, individuell, präventiv](#)

Diverse Dozierende, u.a. aus dem PrePaC-Team

Fortbildungsprogramm Schmerzzentrum 2025

Zeit: Donnerstag, 16:30-17:30 Uhr

Ort: OPO D-127 / [online](#) via Webex

Ort und Link sind bis auf weiteres für jede Schmerz-Fortbildung gültig, ausser wenn anders vermerkt



[Weitere Informationen](#)

August

21.08.2025
16:30-17:30 **Veterinäre Schmerzmedizin: Was unterscheidet Tier und Mensch?**
Prof. Dr. med. vet. Claudia Spadavecchia, Dipl. ECVAA, PhD, Leiterin Abteilung Anästhesiologie und Schmerztherapie Institut für Klinische Anästhesie, Departement für klinische Veterinärmedizin Vetsuisse Fakultät, Universität Bern
Credits:SSIPM 0.5 , SPS 1 , SAPPm 1, SSAPM 1

November

20.11.2025
16:30-17:30 **Angst und Schmerz – fatale Verknüpfungen im Gehirn**
Prof. Dr. Thomas Nevian, Ordinarius, Ko-Direktor Institut für Physiologie, Universität Bern
Credits:SSIPM 0.5 , SPS 1 , SAPPm 1, SGAIM 1, SSAPM 1



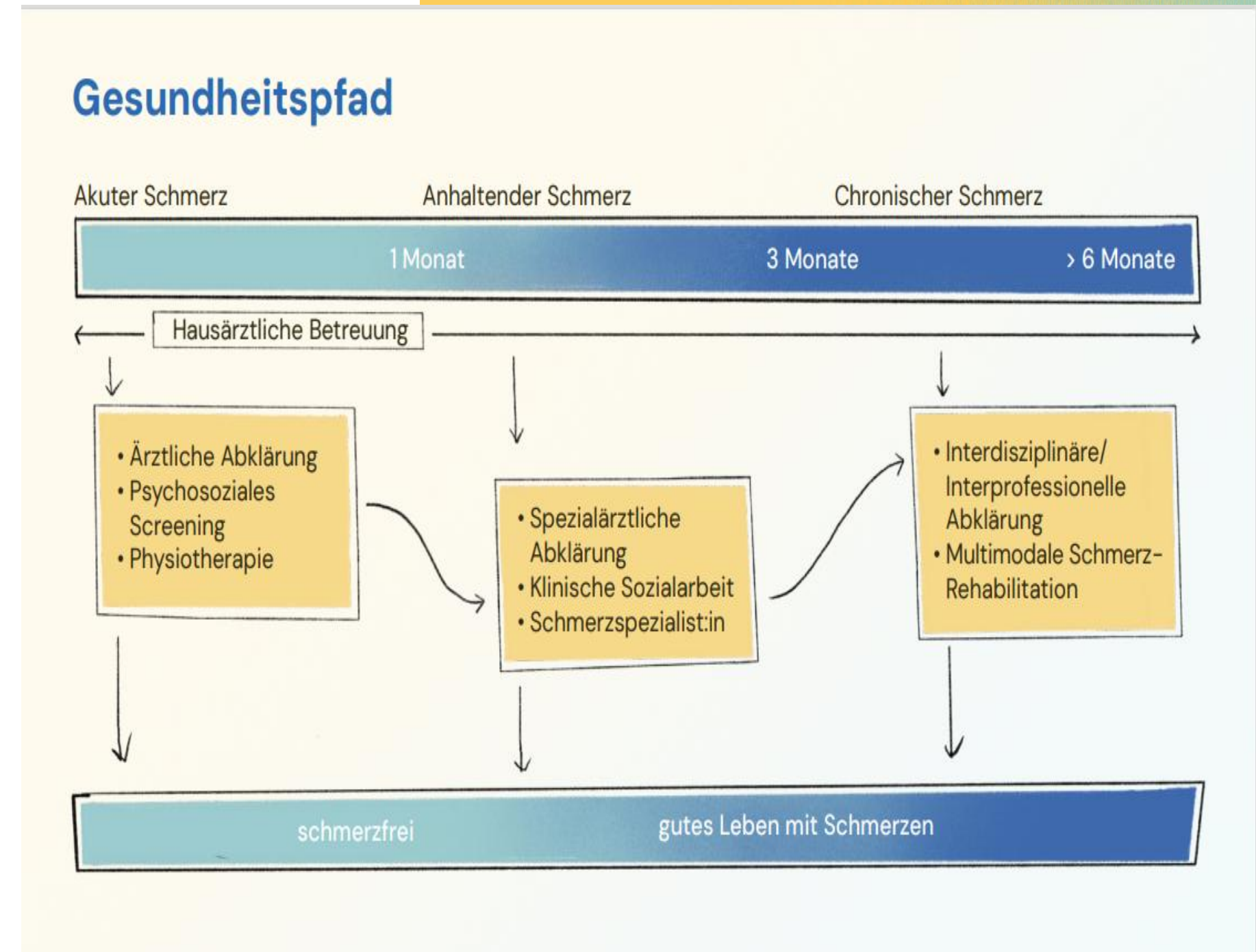
T3: Partizipation und Plattform

- Gemeinsam bauen wir eine Plattform von Betroffenen und Fachpersonen für Betroffene und Fachpersonen auf.
- Die Plattform bündelt Handlungsanleitungen, Wissen, Erfahrungen im Zusammenhang mit Behandlung und Umgang mit Schmerz.
- In Patient Journey Maps zeigen bspw. Schmerz Betroffene ihren Weg auf.
- In Form von Fact Sheets werden kompakte Infos zu Schmerz gemeinsam mit verschiedenen Fachverbänden und Professionen erarbeitet.



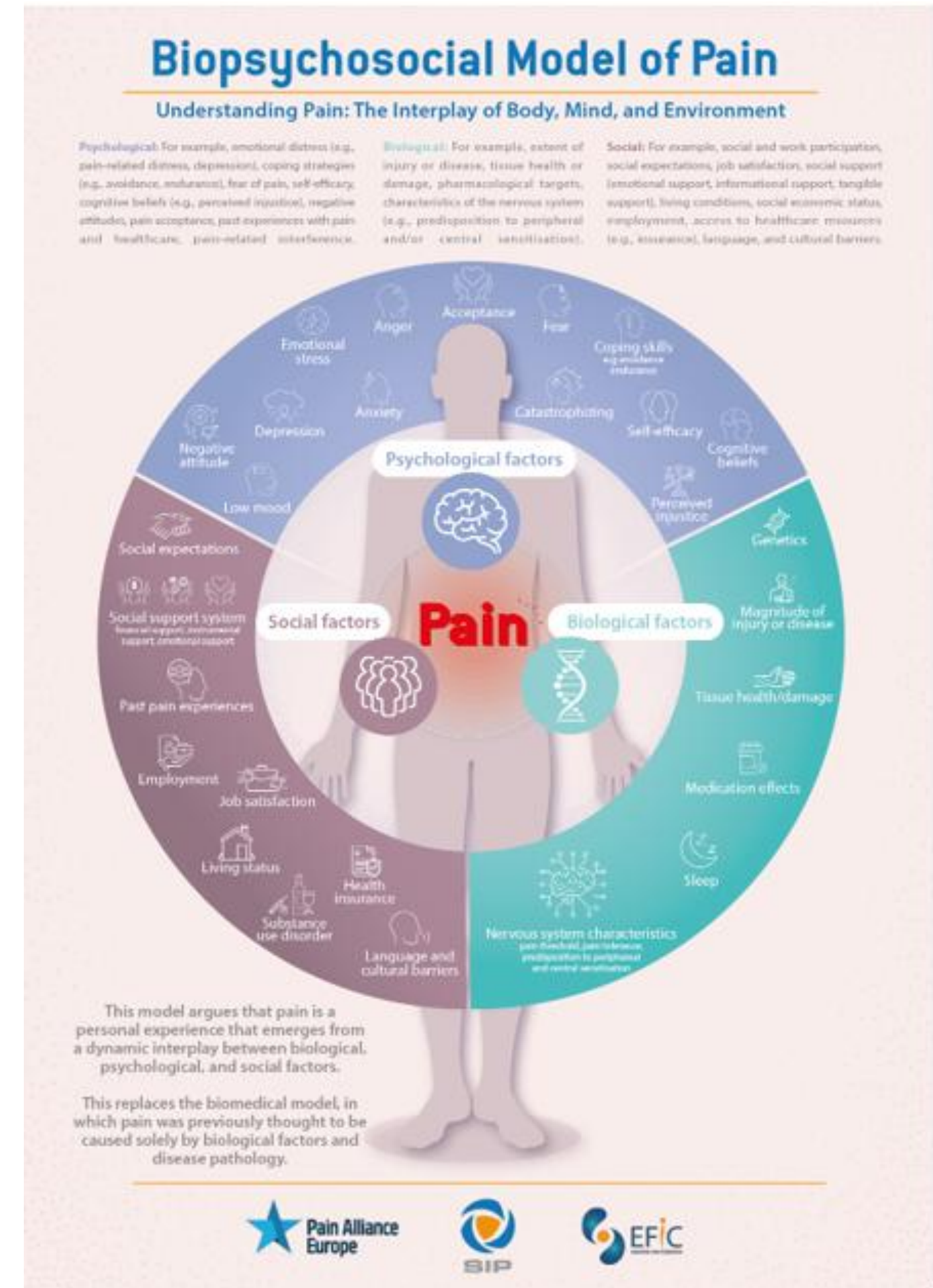
T4: Gesundheitspfad

- Entlang eines Pfads werden Menschen mit Schmerz beraten und behandelt. Die Grafik zeigt ein Idealbild entlang einer Zeitachse auf.
- Bereits in einem frühen Schmerzstadium werden anhand von Fragebögen Risikofaktoren erfasst und der Schmerzverlauf dokumentiert.
- Unser Beratungsangebot umfasst Physiotherapie, spezialärztliche Abklärung, Klinische Sozialarbeit sowie interdisziplinäre Sprechstunde und multimodale Schmerztherapie.



Biopsychosoziales Schmerzverständnis

- Akuter Schmerz ist zunächst Warnsignal. Der Übergang zu chronischem Schmerz ist fließend.
- Eine Chronifizierung entsteht selten durch somatische Faktoren allein. Sie entwickelt sich aus einem Zusammenspiel vulnerabilitätssteigernder Lebensbedingungen, unzureichender Bewältigungsstrategien und fehlender Unterstützung.
- Bereits nach 3 – 6 Monaten kann sich ein chronischer Schmerz manifestieren.
- Das Verständnis, dass Schmerz ein biopsychosoziales Geschehen ist, und das Vertrauen, dass Betroffene selbst etwas bewirken können ist zentral in der Prävention.



Überlegungen zum Präventionsverständnis

Die Fachliteratur definiert verschiedene Präventionsebenen und es existiert keine einheitliche Definition von Schmerzprävention. Ziel von PrePaC ist die Verhinderung von chronischem Schmerz. Entsprechend verstehen wir unter Prävention folgendes:

Primärprävention:

- Alle Massnahmen für eine gesunde Lebensführung (Ernährung, soziale Teilhabe etc)
- Früherkennung von Risikokonstellationen
- Vermeidung von wiederkehrendem akutem Schmerz

Sekundärprävention

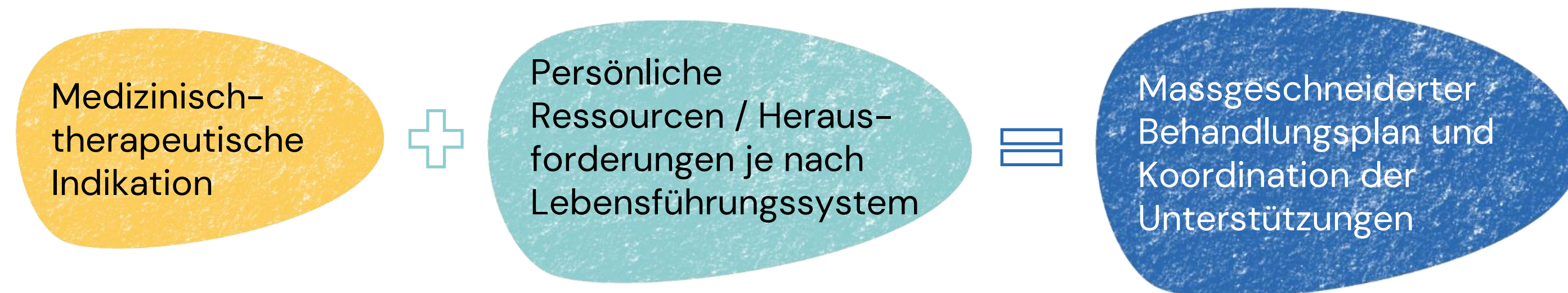
- Interventionen zur Erhaltung bestehender Funktionsfähigkeiten
- Verhinderung einer Verschlechterung der Schmerzsymptomatik
- Verhinderung der Entwicklung hin zu einer chronischen Schmerzkrankheit

Tertiärprävention

- Lebensqualität und möglichst gelingende Lebensführung trotz Einschränkungen und Schmerzen
- Unterstützungen für eine möglichst aktive und selbstbestimmte Gestaltung des Alltags

Sozialmedizinische Sprechstunde (1/2)

- Im Projekt PrePaC führen Medizin und Soziale Arbeit gemeinsam die sozialmedizinische Sprechstunde für Menschen mit anhaltendem Schmerz durch. Gemäss dem biopsychosozialen Schmerzverständnis werden soziale Probleme nicht als Folge sondern als konstitutiver Teil der Schmerzdynamik verstanden.
- Ziel der sozialmedizinischen Sprechstunde ist es, einen individuellen Behandlungsplan zu erstellen und somit Chronifizierungsverläufe zu unterbrechen.



Sozialmedizinische Sprechstunde (2/2)

Die Klinische Soziale Arbeit im Projekt PrePaC übernimmt Koordinationsaufgaben, klärt Case Managementunterstützungen und vernetzt mit weiterführenden Fachstellen.

- Schmerz ist persönlich:
Unsere Beratung ist patientorientiert und setzt bei den unmittelbaren Sorgen und Fragen der Betroffenen an.
- Prävention ist Teamarbeit:
Es braucht gemeinsame Abstimmungen und Koordination, um sicherzustellen, dass Informationen zum richtigen Zeitpunkt an die richtigen Stellen fließen.
- PrePaC ist ein Pionierprojekt:
Wir sammeln Erfahrungen, wie wir Menschen mit Schmerz in ihrer jeweiligen Lebenssituation bestmöglich begleiten und in ihrer Selbstwirksamkeit stärken können.

Workshop und Austausch

Was macht gute Prävention aus?

Wo sehen Sie Stolpersteine im Modell?

20 Min. Bitte tauschen Sie sich in Gruppen aus und halten Sie Ihre Ergebnisse auf grünen Zetteln (Prävention) und blauen Zetteln (Stolpersteine) fest.

10 Min. Gemeinsame Auswertung

Ihre Einschätzungen tragen dazu bei, unsere Angebote zu optimieren und unser Projekt weiterzuentwickeln – Ihre Rückmeldungen werden der Präsentation im Nachgang beigelegt.

to be
point of
Pain [pein]
mental su
sensation

Vielen Dank



www.prepac.ch



www.linkedin.com/company/prepac