



© Piyapong Sintutan | Dreamstime.com

## Unterschiedliches Schmerzverständnis

# Wie sollen wir Schmerzen definieren?

Schmerz ist nicht nur eine ständige Möglichkeit. Schmerzen bestimmen oft unsere Gedanken, da sie sowohl die Unversehrtheit unseres Körpers als auch unser Wohlbefinden stören können. Aufgrund unserer Vertrautheit mit Schmerzen, liegt es nahe zu denken, dass Experten und Laien unter «Schmerzen» das gleiche verstehen. Doch der Alltagsbegriff des Schmerzes weicht oft erheblich von der wissenschaftlichen Definition ab. Welche Konsequenzen gilt es daraus zu ziehen? von Prof. Dr. Kevin Reuter

Im Gegensatz zur traditionellen Philosophie erforscht die experimentelle Philosophie mit empirischen Methoden, wie Personen bestimmte Begriffe (z. B. «Glück», «Moral», «Wahrheit») verwenden und welche Faktoren sie dabei beeinflussen. Mein Hauptforschungsgegenstand ist der Begriff des Schmerzes. Ziel der Untersuchungen ist es, herauszufinden, (a) was Personen meinen, wenn sie von Schmerzen reden, (b) wie die Bedeutung des Schmerzbegriffs von unterschiedlichen Kontexten abhängt, und (c) wie sich das Verständnis von Patienten und Patientinnen vom Expertenverständnis unterscheidet. Da Menschen mit ihren Schmerzen sehr vertraut sind und viel über Schmerzen denken und sprechen, könnte man leicht glauben, dass die am weitesten verbreitete Definition von Schmerz sehr gut das Alltagsverständnis von Schmerzen einfängt. Doch Studien zur Schmerzkonzeption bei Laien zeigen, dass dies ein Irrglaube ist [1–4].

### DEFINITION VON «SCHMERZ» NACH DER IASP

Die *International Association for the Study of Pain* (IASP) definiert Schmerz als ein «unangenehmes Sinnes- und

Gefühlserlebnis» [5]. Schmerzen sind also als Gefühlserlebnisse zu verstehen und von den körperlichen Zuständen (im Knie, in der Schulter etc.) zu trennen, die das Schmerzgefühl lediglich auslösen. Nach dieser Auffassung gibt es keine ungefühlten Schmerzen, denn ein «ungefühltes Gefühl» wäre ein Widerspruch. Gegen diese Definition spricht allerdings, dass Schmerzen nicht nur im Körper empfunden werden. Die menschliche Sprache erweckt zudem den Eindruck, als wenn sie dort lokalisiert wären. Eine Patientin sagt: «Der Schmerz ist in meinem Knie» und nicht «Der Schmerz ist in meinem Gehirn». Wer hat nun recht? Sind Schmerzen im Körper oder im Gehirn, oder vielleicht in beiden zugleich?

### SCHMERZVERSTÄNDNIS VON LAIEN

Untersuchungen in den letzten Jahren machen deutlich, dass Laien eine stark ausgeprägte Auffassung von Schmerzen als *körperliche* Zustände besitzen (e.g. [1]). So ergeben die Resultate experimenteller Studien, dass die meisten Teilnehmerinnen und Teilnehmer nicht glauben, ein Schmerz müsse erlebt oder erfahren werden, um zu existieren [2]. Nehmen Sie folgendes

Beispiel: Stellen Sie sich vor, eine Person hat sich die Hand verbrannt und nimmt daraufhin schmerzstillende Mittel ein. Nach einer halben Stunde fühlt sie den Schmerz nicht mehr. Hat diese Person noch Schmerzen? Nach der Definition der IASP ist mit dem Schmerzgefühl auch der Schmerz verschwunden. Doch so denkt nicht die Mehrheit der Befragten. Etwa 70% der Teilnehmerinnen und Teilnehmer gaben an, dass der Schmerz in der Hand auch dann noch existiert, wenn er nicht mehr gespürt wird. Die Resultate dieser und weiterer Studien sprechen dafür, dass eine Mehrheit der Personen den Schmerz nicht als Gefühlserlebnis versteht [3].

Auch Korpusstudien, in denen grosse Textansammlungen analysiert wurden, legen einen ähnlichen Schluss nahe. Wenn Betroffene von grösseren Schmerzen reden, d.h. Attribute wie «gross», «stark» oder «schlimm» verwenden, sprechen sie davon, «einen Schmerz zu *haben*». Bei kleinen Schmerzen («kleine», «leichte» oder «schwache» Schmerzen) dagegen sagen sie, dass sie «einen Schmerz *fühlen*» [4]. Diese Resultate bestätigen, dass Laien Schmerzen ähnlich wie Farben verstehen. Dabei wird das Erlebte (Farbwahrnehmung oder Schmerzwahrnehmung) von der Wirklichkeit (Farbe oder Schmerz) unterschieden und betroffene Personen sind bereit, zuzugestehen, dass sie sich darüber irren können, wie der Schmerz oder der Farbton *wirklich* ist.

## PHYSISCHER UND EMOTIONALER SCHMERZ

Ärztinnen und Ärzten ist oft eine weitere Schwierigkeit in der erfolgreichen Schmerzkommunikation bekannt: Betroffene verwenden den gleichen Schmerz-begriff, um einerseits über körperliche Schmerzen, andererseits über emotionale Schmerzen wie Trauer und Kummer zu reden. Nicht nur die Entzündung in der Schulter «schmerzt sehr», sondern bspw. auch der Tod eines Familienmitglieds.

Auch hier zeigt sich in Studien kein einheitliches Bild, wie solche Aussagen zu verstehen sind. Während etwa die Hälfte der befragten Personen körperliche und emotionale Schmerzen als das gleiche Phänomen betrachten, glaubt die andere Hälfte, dass emotionale Leiden nur metaphorisch als Schmerzen zu begreifen sind, aber gar keine wirklichen Schmerzen sind [6].

## DIE SCHMERZKOMMUNIKATION ZWISCHEN ARZT UND PATIENT

Zusammengefasst lässt sich also sagen, dass es weder unter Laien, noch zwischen Laien und Experten einen Konsens gibt, was Schmerzen genau sind. Einige Philosophen schlagen aufgrund dieser und anderer Schwierigkeiten vor, den Schmerz-begriff zu eliminieren und durch präzisere Begriffe zu ersetzen, doch dies halte ich für nicht realisierbar. Stattdessen bietet die Analyse des Schmerzverständnisses von Laien ein vielversprechenderes Potenzial. Dazu gehört vor allem, diejenigen Faktoren zu bestimmen, welche Betroffene in der Verwendung des Schmerz-vokabulars am stärksten beeinflussen.

Wenn Schmerzpatienten mit Ärztinnen, Ärzten und Pflegekräften reden, ist es von zentraler Bedeutung, dass Schmerzkommunikation funktioniert. Unterschiedliches Verständnis von Schmerz führt leicht dazu, dass Betroffene und Ärzte aneinander vorbeireden und, im Extremfall, Fehldiagnosen gestellt werden. Die aktuell anerkannte Definition von Schmerzen als Gefühlserlebnissen widerspricht dem Alltagsverständnis vieler Laien. Daher möchte ich einen konkreten Vorschlag zur Definition von Schmerz machen: Eine verbesserte Definition von Schmerz sollte anerkennen, dass Schmerzen auf unterschiedliche Weise verstanden werden. Eine solche Definition könnte festhalten, dass «Schmerz» zwar manchmal synonym mit «Schmerzgefühl» verwendet wird, diese jedoch auch oft unterschieden werden, wobei «Schmerz» dann stattdessen verwendet wird, um sich auf Aspekte des Körpers zu beziehen. Wenn es unser Ziel ist, die wissenschaftliche Definition von Schmerz mit dem Verständnis von Laien in Einklang zu bringen, muss die Komplexität des Denkens der Menschen über Schmerzen auch in unseren Definitionen respektiert werden.

### Literatur

- 1 Sytsma J, Reuter K. Experimental philosophy of pain. *Journal of Indian Council of Philosophical Research*. 2017;34(3):611–28.
- 2 Kim HE, Poth N, Reuter K, Sytsma J. Where is your pain? A Cross-cultural Comparison of the Concept of Pain in Americans and South Koreans. *Studia Philosophica Estonia*. 2016;9(1):136–69.
- 3 Reuter K, Sytsma J. Unfelt pain. *Synthese*. 2020;197(4):1777–801.
- 4 Reuter K. Distinguishing the appearance from the reality of pain. *Journal of Consciousness Studies*. 2011;18(9–10):94–109.
- 5 Raja SN, Carr DB, Cohen M, Finnerup NB, Flor H, Gibson S et al. The revised IASP definition of pain: Concepts, challenges, and compromises. *Pain*. 2020;161(9):1976–82.
- 6 Corns J. The social pain posit. *Australasian Journal of Philosophy*. 2015; 93(3):561–82.

### Korrespondenz:

Prof. Dr. Kevin Reuter  
Universität Zürich  
Philosophisches Seminar  
Zürichbergstrasse 43  
8044 Zürich  
reuter[at]juzh.ch