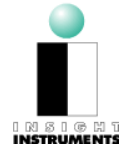


BIOFEEDBACK-THERAPIE SCHMERZBEHANDLUNG MIGRÄNE



Kopfschmerzen gehören, neben Rückenschmerzen, zu den häufigsten Schmerzbildern überhaupt, wobei es sich bei 90% aller Kopfschmerzen um Spannungskopfschmerz oder Migräne handelt.

Der gesundheitswirtschaftliche Aspekt von Migräne liegt vor allem bei den häufigen und regelmäßigen Krankenständen sowie dem hohen Schmerzmittelkonsum und der möglichen Nierenschädigung durch Schmerzmittel.

Biofeedback erzielt im Rahmen der Prophylaxe ähnliche Therapieeffizienz wie manche Medikation jedoch ohne Nebenwirkungen aber deutlich länger anhaltendem Therapieerfolg.

DAS PRINZIP

Die mittels Biofeedback erworbenen Fertigkeiten zur Entspannung und willentlichen Durchblutungssteuerung der Schläfenarterie dienen sowohl der Anfallsgegensteuerung wie auch Migräneprophylaxe und gewährleisten daher ein dauerhaftes Anhalten des Therapieerfolges.

DIE BEHANDLUNG

Mittels Rückmeldung und Training der **Schläfenarterien-Durchblutung** (Vasokonstriktionstraining, VKT) wird die willentliche Steuerung der Gefäßmotorik erzielt, die den/die Betroffene/n in die Lage versetzt, einen drohenden Anfall zu verhindern oder eine Eskalation zu vermeiden. Durch dieses Training wird der/die PatientIn in die Lage versetzt, vor einem sich ankündigenden Anfall Vasokonstriktion willentlich zu erzeugen – also ohne Medikamente genau das zu tun, was normalerweise die Medikation bewirken würde.

EFFEKTIVITÄT

Bereits nach den ersten Sitzungen kann sich Anfallsfreiheit einstellen, die nach Abschluss der Therapie nach etwa 15-25 Sitzungen auf Dauer bestehen bleiben kann.¹

- Reduktion der Beschwerdehäufigkeit
- Reduktion der Beschwerdeintensität
- Veränderung der Krankheitsbewältigung: Überzeugung der willentlichen Beeinflussung
- Willentliche Gefäßverengung der Schläfenarterie²

FALLBEISPIEL

Die Patientin ist 31 Jahre alt, Kindergartenleiterin, und leidet seit dem 13. Lebensjahr an Migräne. Die Migräne ist halbseitig rechts, ein Anfall tritt ohne Aura auf und ist von Übelkeit, Lärm-, Licht- und Geruchsempfindlichkeit begleitet. Sie hat etwa 3-4 Anfälle pro Monat, wobei der akute Anfall etwa 8 Stunden beträgt, die Gesamtdauer des Anfalles bis zu 3 Tagen. Die Auslöser der Anfälle sind u.a. beruflicher Stress (Elternabend, Einschulung neuer Kinder) und Alkohol (Weiß- und Rotwein). Die bisherige Behandlung mit Sibelius führte zu starker Gewichtszunahme, weshalb sich die Patientin in Biofeedbackbehandlung begab. Da bei Abklärung der Kopfschmerzart ein unauffälliger EMG-Mittelwert vom Trapezus sowie Frontalis erhoben (um 2µV) wurde, wurde ausschließlich ein Vaso-konstriktionstraining der Schläfenarterie durchgeführt. Die Patientin lernte in 8 Sitzungen die Schläfenarterie auf etwa 20% des Ausgangswertes zu verengen. Die Patientin war nach den ersten Behandlungssitzungen anfallsfrei.

Effekte Migräneprophylaxe und Verhaltensmedizin (Anfallsreduktion)



Aus: Basler, Franz, Kröner-Herwig, Refisch, Seemann (1990). Psychologische Schmerztherapie. Berlin: Springer-Verlag

%

VORTEILE VON SOFT® FÜR DIE BEHANDLUNG

- Miniaturisierter Vaso-Sensor zur plethysmographischen Messung der Schläfenarterien-durchblutung
- Spezieller Feedbackmodus zur anschaulichen Darstellung des Gefäßdurchmessers
- Automatische Ablaufsteuerung der Vasokonstriktions-Sitzung

¹ Gerber, W.-D.: Migräne. In: Basler, H.-D. et al. (Hg.): Psychologische Schmerztherapie. Springer, Berlin, 1993.

² Miltner, W., Birbaumer, N., Gerber, W.-D.: Verhaltensmedizin. Springer, Berlin, 1986.



Der VASOSENSOR misst die Durchblutung der Schläfenarterie. Die Patientin lernt diese willentlich zu verändern.

Die Therapiebibliothek „SCHMERZBEHANDLUNG“ enthält Sitzungsvorlagen, die von Insight Instruments gemeinsam mit Biofeedbackexperten erstellt wurden.

*Beispiele für Sitzungsvorlagen in der
Therapiebibliothek SCHMERZBEHANDLUNG*

Migräne

Trainingseinheiten zur Behandlung der Migräne.

- Vasokonstriktionsschema 1
Training der Verengung der A. temporalis superficialis zur Anfallsskupierung. **Die Sitzung läuft automatisch** in 12 Teilen ab. Der/die PatientIn bekommt Anweisungen am Bildschirm.
- Handerwärmungstraining
Behandlung erhöhter vaskulärer Reagibilität und bei niedrigen Temperatur-Ausgangsruhwerten.



Therapiebibliotheken: Die PatientInnen werden durch das Programm geführt. Durch rein mentale Übung wird die Durchblutung gesteuert.

Spannungskopfschmerz

- Stirnentspannung
bei erhöhten Frontalis-EMG-Ausgangsruhwerten.
- Schulterentspannung
bei Verspannungen im Nacken/Schulterbereich (erhöhte Trapezius-EMG-Ausgangsruhwerte).



Die Höhe der Durchblutung der Schläfenarterie wird über den Kreisdurchmesser rückgemeldet.

Rückenschmerz

- Paraspinalisentspannung
bei asymmetrischen Ausgangswerten des Paraspinalis oder erhöhten Ausgangswerten in einer halbliegenden Position.
- Rücken-Arm-Entspannung
bei allgemeiner Verspannung des Oberkörpers (bei erhöhten Hand/Hand-EMG-Ausgangsruhwerten).