



## FVB - Blitzlicht

### Patientenschulung am 3.2.2018 in der Schönklinik Harthausen

In der ersten Patientenschulung des neu gegründeten Vereins nahmen 65 Teilnehmerinnen und Teilnehmer in der Schönklinik Harthausen teil.

Die Patientenschulung startete am Vormittag mit drei Vorträgen. Dr. Ariane Burtscher stellte in ihrem Referat „Schmerzen begegnen und Grenzen überschreiten“ vor, wie Schmerzen neue Grenzen schaffen, aber auch Möglichkeiten bieten neue persönliche Grenzen auszuloten. Der chronische Schmerz bringt Veränderung in den Alltag des Betroffenen und auch in sein Umfeld. Die persönliche Akzeptanz und die Akzeptanz des Umfeldes sind Voraussetzungen für diesen Veränderungsprozess. Das bio-psycho-soziale Modell bietet Möglichkeiten ein Gesamtverständnis für den chronischen Schmerz zu erhalten. Ob es eine biologische Disposition gibt oder aus dem psychologischen Erleben oder gar aus dem sozialen, emotionalen Umfeld Entstehungsgründe gibt und diese auch dort Lösungsansätze bieten.

Im zweiten Vortrag von Dr. Dele Iversen wurden Veränderungen der Leitlinien für Fibromyalgie behandelt. Nicht die Tender Points und die Ausschlussdiagnose sind die alleinigen Bestimmungsfaktoren für die Diagnose, sondern Anamnese, Medikamente, Schmerzskizzen, Laboruntersuchungen und körperliche Untersuchungen tragen zur Diagnosestellung bei.

Dipl. Psych. Ulrike Hron erklärte in ihrem Vortrag, dass das Belohnungssystem im Gehirn bei chronisch erkrankten Patienten eine verkürzte Reaktionszeit im Gegensatz zum gesunden Menschen hat. Patienten fühlen sich schnell ausgegrenzt und vereinsamen. Diese Vereinsamung führt wiederum zu einer Schmerzverstärkung. Akzeptanz, Präsenz und neue Werteorientierung sind wichtige Voraussetzung für einen Veränderungsprozess. Je nach der psychischen Verfassung können unterschiedliche Methoden zum Einsatz kommen. Von Ressourcenaktivierung über Achtsamkeitstraining bis zur intensiven Psychotherapie sind die möglichen Maßnahmen.

Am Nachmittag konnte jeder Teilnehmer zwei verschiedene Therapien ausprobieren.



Dazu gehörte u. a. die Feldenkrais-Methode, Rückenschulung, Nordic Walking, Achtsamkeit und Klangschalentherapie. Die Teilnehmer waren sehr begeistert wie die einzelnen Therapeutinnen ihre Methoden vorgestellt haben und empathisch auf die individuellen Bedürfnisse eingegangen sind. Jeder Fibromyalgie-Patient empfindet Therapien anders, daher ist es wichtig, Methoden auszuprobieren um die geeigneten Verfahren für sich herauszufinden.

Diese Möglichkeiten werden in der Schönklinik Harthausen geboten.

Die sehr positiven Rückmeldungen der Gäste sind zugleich Motivation für weitere Patientenschulungen.

Ein herzliches Dankeschön an die Gastgeberin Schönklinik und Dr. Ariane Burtscher mit ihrem Team, welches die Teilnehmer sehr gut betreute und die vielen Fragen kompetent und mit Herzblut beantwortete.

Stefan Duschl

1. Stellv. Vorsitzender