



FVB - Blitzlicht

8. Bayerisches Fibromyalgie-Forum in den Räumen der kassenärztlichen Vereinigung Bayerns am 16.03.2019

Am 16.03.2019 fand wieder in den Räumen der KVB (Kassenärztlichen Vereinigung Bayern) in München das 8. Bayerische Fibromyalgie-Forum statt. Ein herzliches Dankeschön an den Gastgeber der KVB, Michael Stahn und seinem Team, die wieder mit großen Einsatz diese Veranstaltung ausgerichtet und organisiert haben. Ulrike Ostner, vom Bayer. Rundfunk hat die Veranstaltung wieder professionell moderiert und durch Fragen zu einzelnen Vorträgen die Diskussion zwischen Referenten und Zuhörer angeregt. Es wurden viele Fragen der Zuhörer gestellt und durch die Referenten kompetent beantwortet. Viele Punkte wurden in den Pausen noch mit Referenten und Teilnehmern diskutiert.

Diese Veranstaltung ist für Betroffene und Ärzte ausgerichtet mit dem Ziel neues aus der Medizin zu erfahren, um Patienten und Ärzten Aufklärung für dieses Krankheitsbild zu geben. Das Krankheitsbild „Fibromyalgie“ wird neben seiner Leitsymptomatik Muskel- und Gelenkschmerzen durch viele Begleitsymptome geprägt. Daher können in dieser Veranstaltung immer wieder neue Themen und Sichtweisen durch Vorträge eingebracht werden. Auch in diesem Jahr ist es wieder gelungen kompetente Referenten für diese Veranstaltung zu gewinnen. Das Fibromyalgie-Forum hat sich zu einer Institution entwickelt, die einmalig in Deutschland ist. Denn hier treffen an diesem Tag Ärzte, Therapeuten, Patienten und Interessierte zusammen, um über Vorträge mehr zu diesem Krankheitsbild zu erfahren. Gerade weil die Fibromyalgie eine vielschichtige Symptomatik mit sich bringt, ist es für die einzelnen therapeutischen Fachdisziplinen eine gute Möglichkeit, einen Gesamteindruck der Beschwerden zu erhalten. Für die Betroffenen werden neue Erkenntnisse und Alternativen aufgezeigt, die sie in Gesprächen mit Therapeuten und anderen Betroffenen einbringen können.

Herr Joachim Unterländer (MdL) und Schirmherr der Fibromyalgie-Selbsthilfegruppe München hat auf die Bedeutung der Selbsthilfe und dem Engagement der ehrenamtlich tätigen Menschen hingewiesen. Aus der Selbsthilfearbeit entstehen Wünsche und Anregungen, die Veränderungen im Gesundheitswesen benötigen und somit Input für die Politik sind für eine mögliche Umsetzung in den entsprechenden Gremien.



Dr. Günther Holthausen stellte die Komplexität der Erkrankung unter dem Gesichtspunkt des Bio-psycho-sozialen Modells heraus und welche Anforderungen sich für ein interdisziplinäres Case Management ergeben. 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. Kommen neben der Fibromyalgiesymptome noch altersbedingte Beschwerden hinzu, überlagern sich die verschiedenen Symptome, was eine interdisziplinäre Zusammenarbeit noch mehr erfordert. Mit dieser Kombination aus Symptomen einer chronischen Erkrankung und den geriatrischen Beschwerden wird der Arzt zum „Projektmanager“, um alle Ergebnisse für den Patienten zusammen zu tragen. Nur so wären zielgerichtete Therapien möglich, die durch gesetzliche und wirtschaftliche Rahmenbedingungen derzeit nicht optimal umzusetzen sind.

Sonja Stipanitz, Patientenbeauftragte des Bayer Apothekerverbandes e.V. ging in ihrem Vortrag auf die Wechselwirkungen von Medikamenten ein. Fibromyalgie-Patienten nehmen oft mehrere Medikamente gleichzeitig ein, wodurch Wechselwirkungen entstehen können, d.h. die Medikamente können sich in ihrer Wirkung beeinflussen. So können NSAR, Herzmittel, Schilddrüsenpräparate, Antidepressiva und blutverdünnende Medikamente sich untereinander beeinflussen, indem sie eine Wirkung verstärken und gar hemmen. Weitere Risikofaktoren, die die Wirkung der Medikamente beeinflusst, sind die Einnahme der Präparate mit Säften, Kaffee oder Alkohol. Auch Nahrungsergänzungsmittel und frei verkäufliche Naturpräparate können den Wirkmechanismus hemmen oder beschleunigen. Vorerkrankungen sind in der Medikation unbedingt zu berücksichtigen.

Stefan Speiser, Vorsitzender der Vereinigung Selbständiger Physiotherapeuten e.V. im Bäderdreieck Bad Füssing präsentierte die spezielle Fibromyalgie Kur als ambulante Vorsorgeleistung nach § 23 SGB V. Mit Therapeuten und Ärzten aus den Kurorten Bad Füssing, Bad Griesbach, Bad Birnbach wurden Schulungen für Fibromyalgiepatienten mit unserem Fibromyalgie Verein Bayern e.V. abgehalten, um aus der vielschichtigen Symptomatik eine individuelle Kurleistung für einen Zeitraum von 14 bis 21 Tage zu erstellen. Dieses spezielle Kurangebot ist einmalig in Deutschland und steht dem Patienten in der Regel alle 3 Jahre zu und wird durch Krankenkasse finanziert. Der Antrag ist bei der jeweiligen Krankenkasse zu beantragen und der Hausarzt muss die „eingeschränkte Mobilität“ bestätigen. Danach kann der Patient bei unseren ausgebildeten Therapeuten im Kurort seiner



Wahl eine Kur antreten. Vor Ort wird der entsprechende Arzt ein persönliches Kurpaket für den Patienten zusammenstellen. Neben den rezeptierten Anwendungen kann der Patient das Thermalwasser und sonstige Kureinrichtungen nutzen. Die individuellen Beschwerden und Bedürfnisse werden in diesem Kurpaket berücksichtigt und bringt für den Patienten die Impulse für eine Verbesserung seiner persönlichen Gesundheit. Die genaue Vorgehensweise ist auf unserer Homepage im Mitgliederbereich beschrieben.

Dr. Horst Bettstetter informierte für seine stationäre multimodale Therapie in der Rotta –Inn-Klinik Pfarrkirchen. Das individuelle, für den Patienten zugeschnittene Therapiekonzept ist während des stationären Aufenthaltes eine wichtige Voraussetzung. Die umfassende Diagnostik und Untersuchung sind die Basis für die Auswahl der Therapien im Schmerzzentrum. Es werden Therapien aus Anästhesie, physikalisch-rehabilitativer Medizin, Schmerzpsychologie, Psychosomatik und Naturheilkunde für den Patienten als individuellen Therapieplan zusammengestellt. Während der Aufenthaltsdauer werden über Verlaufskontrollen mit Therapeuten, Ärzten und Patienten die Ergebnisse analysiert und gegebenenfalls Anpassungen vorgenommen. Auch der Einsatz von Cannabis wird als Therapie bei bestimmten Patienten eingesetzt und zeigt bei Patienten in verschiedenen Bereichen, wie Schlaf, Schmerz und Psyche Erfolge. In den Schmerzkliniken gibt es oft lange Wartezeiten, daher bietet Dr. Bettstetter unseren Mitgliedern eine bevorzugte Wartezeit an. Unsere Mitglieder können sich bei Stefan Duschl listen lassen.

Heidemarie Hörwick, Psychologin M.Sc., stellte in ihrem Vortrag die Bedeutung der Selbstmotivation heraus. In unserem Gehirn gibt es ein Extensionsgedächtnis, welches Erfahrungen, Fähigkeiten und Ressourcen speichert. Durch Gespräche und Therapien kann man sich dieser Fähigkeiten und Ressourcen wieder bewusstmachen. Mit seinen persönlichen Motiven und Antreibern, wie Zugehörigkeit und soziale Kompetenz, Freude am Leben, Wille zur Schmerzbewältigung und Mut zu neuen Leistungen entstehen wieder Fähigkeiten, die dem Leben wieder Sinn geben. Den persönlichen RUBIKON zu überschreiten ist ein wichtiger Punkt, der nur durch kleine Schritte erreicht werden kann. Spürt man den Erfolg durch den ersten kleinen Schritt, werden die nächsten Schritte gewagt. Veränderungen können manchmal auch wieder ein Schritt in alte Muster sein. Hier betonte Frau Hörwick, dass es sich dabei nicht um einen Rückfall handelt, sondern maximal um einen Vorfall, der auch vorkommen darf. Vielleicht hat man sich zu viel zu gemutet und braucht nur wieder kleinere Ziele mit sich vereinbaren. Die Eigenmotivation ist der Motor und wenn auch der Therapeut diese Eigenmotivation in sich hat überträgt sich diese auch auf den Patienten.



Die Sportwissenschaftlerin und Faszientherapeutin, Verena Peter, führte zwischen den einzelnen Vorträgen mit Übungen durchs Programm und gewährte wieder interessante Einblicke in ihre Arbeit. Durch diese Methoden können verklebte Faszien, die für Struktur und Form des Körpers mitverantwortlich sind, wieder mehr beweglich erfahren. Das Ziel dabei ist mehr Beweglichkeit in den gesamten Körper zu bringen und nicht durch Krafttraining oder Ausdauersport einzelne Körperpartien zu fördern. Fibromyalgie bedeutet für viele Patienten Schmerzen im gesamten Körper, daher ist diese Methode vielleicht eine Möglichkeit, um wieder etwas beweglicher zu werden. Die Teilnehmer sind von diesen kurzen Einlagen immer wieder begeistert, denn es sind Übungen, die in den Alltag einfach einzubauen sind.

Die sehr positiven Rückmeldungen der Gäste haben uns sehr gefreut und sind zugleich Motivation für die Ausrichtung des 9. Fibromyalgieforums in 2020.

Ein herzliches Dankeschön an alle Teilnehmerinnen, Teilnehmer, Vortragende und an die Organisatoren, die zum Gelingen der Veranstaltung beigetragen haben.

Stefan Duschl (stellv. Vorsitzender)