



Dr. med. Hans-Jürgen Kühle
Kinder- und Jugendarzt und Neuropädiater
Dr. med. Florian Gamerdinger

Kinder- und Jugendarzt
Ostanlage 2 • 35390 Gießen

Tel.: 0641/ 930 3004 • Fax: 0641 / 930 3005

Sprechzeiten: Mo. -Fr. 9 - 11 Uhr, Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag
Nachmittag 16 - 17³⁰ Uhr, außerdem nach Vereinbarung.

Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom: Dienstag 10-12.00

Tel. 0641/2502933

www.dr-kuehle.de, email: praxis.kuehle-gamerdinger@t-online.de

Dres. med. Kühle und Gamerdinger • Ostanlage 2 • 35390 Gießen

Kopfschmerzen natürlich behandeln: sich selbst helfen!

Mit Biofeedbacktraining können Ihr Kind und Sie Kopfschmerzen verlernen!

Warum?

Wenn bei Kopfschmerzen eine organische Ursache ausgeschlossen wurde, sind sie in der Regel eine unangemessene Antwort auf eine Belastung. Wir nehmen die Belastung oft nicht bewusst wahr. Und von den körperlichen Reaktionen spüren wir erst das Ende, nämlich den Kopfschmerz.

Mit Biofeedback können wir dem zuvorkommen: mit unseren Messinstrumenten können wir die individuelle vegetative Reaktionsweise Ihres Kindes sichtbar machen. Durch Rückmeldung (Feedback) kann es eine günstigere Strategie lernen.

Die Deutsche Kopfschmerzgesellschaft und die International Headache Society stellen übereinstimmend fest, dass Biofeedback die erfolgreichste und medikamentenfreie Behandlungsform ist. Die Erfolgswahrscheinlichkeit ist mindestens genauso groß wie bei der vorbeugenden Behandlung mit Medikamenten.

Wie?

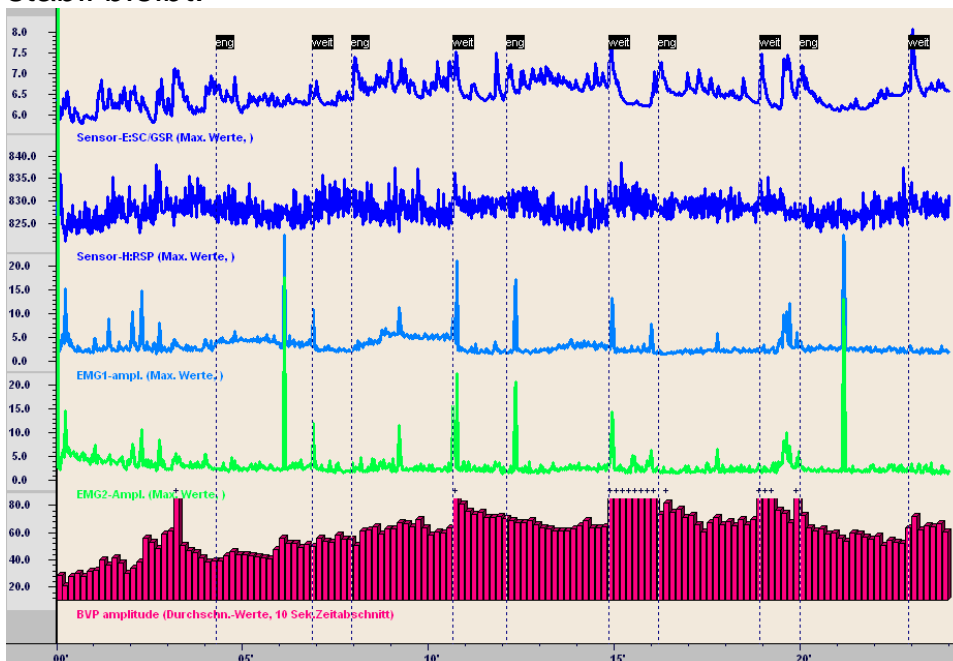
Die Patienten erlernen schon in den ersten Sitzungen, wie mit Entspannung auf eine belastende Situation reagiert werden kann. Damit wird eine Kontrolle der vegetativen Reaktionen auf Belastung möglich und sie erleben bald einen spürbaren und anhaltenden Rückgang von Häufigkeit, Dauer und Stärke der Schmerzattacken. Je besser mitgearbeitet wird, desto schneller und stabiler ist der Erfolg.

Zu Anfang übt der Patient die neue Reaktion am Bildschirm. [Hier](#) ein

Beispiel einer Patientin beim Vasokonstriktionstraining bei Migräne.



Am Verlauf des BVP-Graphen können Sie sehen, wie sie schon in der vierten Sitzung die Durchblutung der Kopfhaut steuern kann und dadurch einen Migräneanfall wirksam abfangen kann. Später wird geübt, dies ohne Bildschirmrückmeldung hinzubekommen, damit das Gelernte auch im Alltag stabil bleibt.



Schon an die erste Sitzung schließen sich deshalb Übungen an, die Sie zu Hause fortsetzen. Bei jeder weiteren Übungssitzung erhalten Sie Aufgaben, mit denen Ihr Kind oder Sie Ihre Schmerzen besser unter Kontrolle bekommen. Bei guter Mitarbeit wird meist weniger als 10 Sitzungen benötigt.

Praktischer Ablauf:

Am schnellsten ist der Lernzuwachs, wenn eine Zeitlang am Block gelernt wird. **Wir bieten deshalb jeden Monat für eine Woche nachmittags einen Trainingsblock an**, in den Ferien auch vormittags. **Patienten, die von weiter her kommen**, empfehlen wir die Chance z. B. zu einem Urlaub auf einem Bauernhof im Umland. Lernen Sie die reizvolle Umgebung kennen, die für alt und jung Attraktionen bietet! Eine Attraktion ganz in der Nähe der Praxis sind Park mit Hallenbad, Freibad und Minigolf in der Wieseckau, das „Mathematicum“: das Giessener Erlebnismuseum 5min. vom Bahnhof entfernt, Kloster Arnsburg mit Tierpark, Besucherbergwerk "Grube Fortuna" und Braunfels, ein Städtchen mit märchenhaftem Schloss wenige km westlich von Wetzlar, Wetzlar selbst ist natürlich auch sehenswert... Adressen für Urlaub auf dem Bauernhof finden Sie z. B. bei www.hessenlandurlaub.de, Zimmer finden Sie z. B. bei www.fewonachweis.de/Pension/Hessen/Kreis_Giessen.html . Ein Hotel in Fußgehentfernung von der Praxis ist z. B. das City-Hotel am Kreuzplatz in Giessen in der Fußgängerzone (www.cityhotel-giessen.de) .

Biofeedback ist eine Form der Psychotherapie in Form von Lerntherapie mit instrumenteller Hilfe. Privat Versicherte erhalten von mir deshalb eine Arztrechnung mit den dafür üblichen Abrechnungsziffern nach GOÄ, ohne dass sie eine gesonderte Genehmigung bei ihrer Versicherung zu beantragen brauchen. Ich richte mich bei der Abrechnung nach den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Biofeedback e.V. .

Über die Leistungen der gesetzlichen Krankenversicherung geht diese Behandlung jedoch hinaus. Gesetzlich versicherte Patienten erhalten genau so eine Arztrechnung nach der GOÄ wie Privatpatienten. Jeder hat die Möglichkeit, diese Aufwendungen als außergewöhnliche Belastung bei der von der Steuer abzusetzen.

Behandlungskosten: Für Beratungstermine und Training bei mir entstehen analog GOÄ Ziffer 886, 2.3facher Satz, Kosten von € 93,84 je Sitzung. In besonderen Fällen erlaube ich mir, besondere Zusatzkosten nach GOÄ zu berechnen. Wir führen das Training individuell nur so lange fort, bis eine sichere Automatisierung der Selbststeuerung erreicht ist. Die gelingt meist in weniger als 10 Sitzungen. Je besser die Mitarbeit ist, desto schneller ist man am Ziel. Wenn ein Training 10 Sitzungen dauert, dann entstehen Gesamtkosten von etwa € 900, die Ihnen je nach Behandlungsstand nach und nach in Rechnung gestellt werden. Auf Wunsch ist auch Ratenzahlung möglich, die Sie mit dem Abrechnungszentrum vereinbaren können, alle Rechnungen können in sechs gleichen Raten bezahlt werden, dabei fällt eine Bearbeitungsgebühr von 15€ und ein jährlicher Zinssatz von 8.3% (2004) an.