

## **Dr. med. Hans-Jürgen Kühle**

Arzt für Kinder- und Jugendmedizin und Neuropädiatrie

Marburger Str. 24 • 35390 Gießen

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

Sprechzeiten: Mo., Mi., Fr. 9 – 11 Uhr und Mo., Di., Do. 16 – 17<sup>30</sup> Uhr  
und Spezialtermine nach Vereinbarung

Telefonsprechstunde zur Aufmerksamkeitsstörung: Dienstag 10 – 12 Uhr Tel. 0641 / 250 2933  
www.dr-kuehle.de • E-Mail: info@dr-kuehle.de

### **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?**

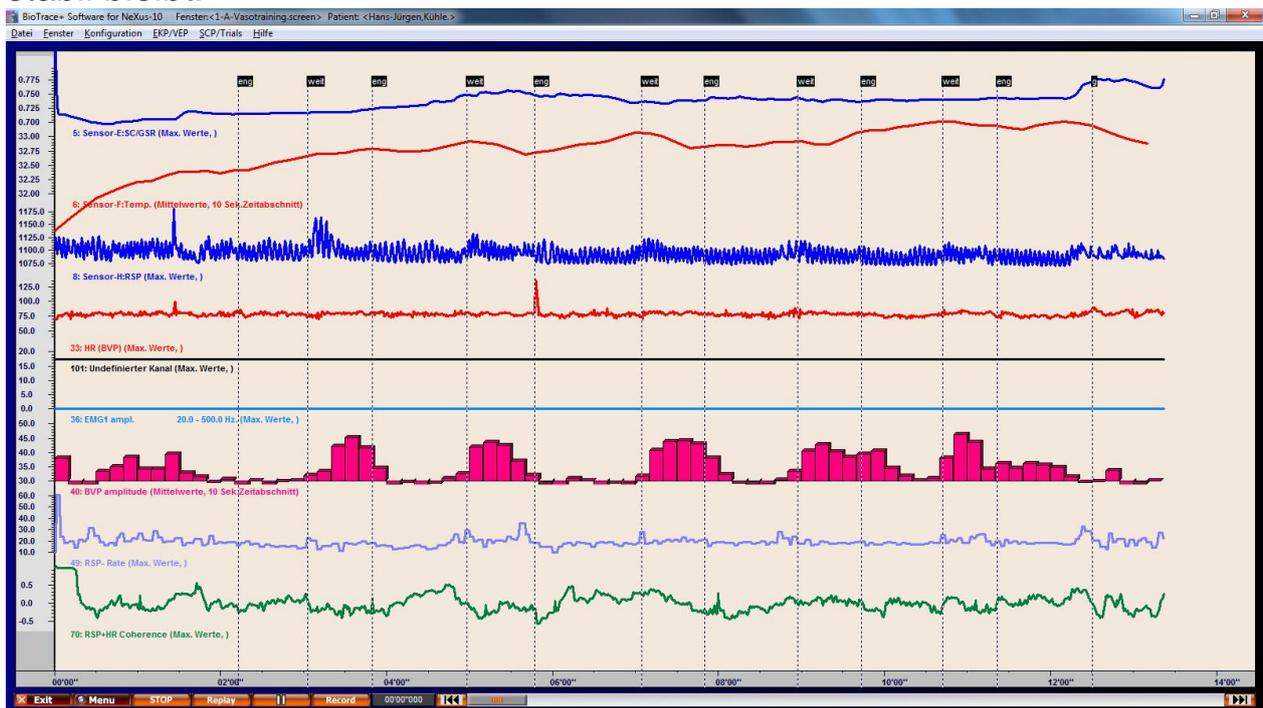
Die Patienten erlernen schon in den ersten Sitzungen, wie mit Entspannung auf eine belastende Situation reagiert werden kann. Damit wird eine Kontrolle der vegetativen Reaktionen auf Belastung möglich und sie erleben bald einen spürbaren und anhaltenden Rückgang von Häufigkeit, Dauer und Stärke der Schmerzattacken.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

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

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 bisher in der Regel hinaus. Seit die BKK advita (s.u.) diese Leistung in ihr Programm aufgenommen hat, übernehmen viele gesetzliche Krankenkassen diese Leistung auch, wenn Sie nachfragen.**

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 nach der Analog-GOÄ Ziffer A886, 2.3facher Satz, Kosten von € 107,25 je 45 min. Sitzung. Wir führen das Training individuell nur so lange fort, bis eine sichere Automatisierung der Selbststeuerung erreicht ist. Je besser die Mitarbeit ist, desto schneller ist man am Ziel. Meist reichen weniger als 10 Sitzungen, dann entstehen Gesamtkosten von weniger als € 1000, die Ihnen 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.



Die

hat ein Modellprojekt zur Biofeedbackbehandlung bei Migräne und Kopfschmerzen vom Spannungstyp beschlossen. Mitglieder und Angehörige können bei Biofeedbacktherapeuten der Deutschen Gesellschaft für Biofeedback e.V. (dazu gehöre ich) ab dem 1. März 2012 an diesem Projekt teilnehmen und innerhalb von 8 Sitzungen ihre Schmerzen verlernen ohne privat zu bezahlen! Melden Sie sich an der Anmeldung oder in der Telefonsprechstunde (dienstags 10-12.00, 0641 2502933), um Genaueres zu erfahren und Termine zu vereinbaren!