

# Therapiebausteine: Auf Sie zugeschnitten

## 1. Information über Schmerz/Therapie

- Patientenschulung durch Ärzte, Psychologen und Bewegungstherapeuten

## 2. Medizinische Schmerztherapie

- Medizinische Information z.B. Schmerz als Krankheitsbild, Medikamente, Rücken-anatomie
- Optimierung der Schmerzmedikation

## 3. Psychologische Schmerztherapie

- Entspannungsverfahren (Progressive Muskelentspannung, Autogenes Training, Imagination)
- Kognitiv-verhaltenstherapeutischer Ansatz mit begleitender Behandlung von psychischen Leiden, wie Depression und Angsterkrankungen
- Methoden zur Schmerzbewältigung

## 4. Physio-/Medizinische Trainingstherapie

- Abbau von Bewegungsunsicherheiten
- Funktionelle Schulung grundmotorischer Fähigkeiten
- Training im Alltag für den Alltag
- Feldenkrais-Methode

## 5. Ergotherapie

- Aktivitätentraining
- Schulung der Körperwahrnehmung
- Kreativtraining

## 6. Kunsttherapie



Algesiologikum  
Tagesklinik für  
Schmerzmedizin



Algesiologikum  
Tagesklinik für  
Schmerzmedizin

### Algesiologikum Tagesklinik für Schmerzmedizin

Chefärztin  
Prof. Dr. med. Christine Schiessl, MME

Heißstraße 22 (Haus 1, 1. OG)  
80799 München

Tel. 089.45 2445 30  
Fax 089.45 2445 420

tagesklinik@algesiologikum.de  
www.algesiologikum.de/tagesklinik

Termine nach Vereinbarung

© Algesiologikum, Stand 10/2016; Text: Algesiologikum  
Konzeption & Gestaltung: Planeta Gestaltungsbüro  
Foto: Fotolia.com/©Robert Kneschke

# Tagesklinik für Schmerzmedizin

Informationen für  
Patientinnen und Patienten



Gemeinsam  
stark

Alle Kassen, Berufsgenossenschaften (BG) u. Privat

# Individuelle Schmerztherapie

## Tagesstationär



Ihre Behandlung findet ca. zwischen 9 und 16 Uhr statt (ohne Übernachtung). Die tägliche Rückkehr in Ihre gewohnte Umgebung ermöglicht eine kontinuierliche Anpassung der Therapie an die Anforderungen Ihres alltäglichen Lebens.

## In der Gruppe



Ihre Therapiegruppe umfasst ca. 8 Patienten. Damit können wir Ihnen ermöglichen, Ihre Erfahrungen mit anderen Betroffenen auszutauschen und sich gegenseitig zu unterstützen.

Bedarfsorientiert am individuellen Schmerzbild:

- **Basisgruppe** zur Therapieerprobung: über 3–4 Wochen an 2 Tagen/ Woche
- **Intensivgruppe**: über 4 Wochen an 5 Tagen/ Woche
- **Berufsbegleitende Gruppe**: über 6 Wochen
- **Nachsorgegruppe**: über 1 Woche ca. 6–9 Monate nach Beendigung einer Intensiv- oder berufsbegleitenden Gruppe

## Multimodal



Anhaltende Schmerzen haben meist Auswirkungen auf wichtige Bereiche des Lebens und bringen erhebliche Beeinträchtigungen mit sich. In vielen Studien konnte belegt werden, dass man größere und vor allem länger anhaltende Therapieerfolge erzielen kann, wenn man den Schmerz und seine Auswirkungen zugleich von möglichst vielen der betroffenen Bereiche her behandelt: Multimodal.

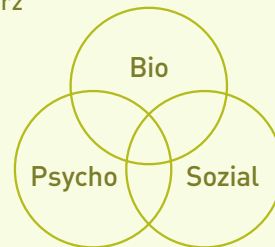
# Ganzheitlich wirksam

Grundlage der multimodalen Schmerztherapie ist das Verständnis für den Zusammenhang von biologischen, seelischen und sozialen Faktoren. Auf Basis des Bio-psycho-sozialen Schmerz-Modells bieten wir eine individuell auf Sie zugeschnittene multimodale Schmerztherapie an.

## Bio-psycho-soziales Schmerz-Modell

### Bio

- Gewebeverletzung
- Nervenschaden
- Entzündung
- Schwellung
- Veränderung des schmerzverarbeitenden Systems
- Nervenschmerz



### Psycho

- Hilflosigkeit
- Fehlende Bewältigungsstrategien
- Angst-Vermeidungs-Verhalten
- Durchhaltestrategien
- Traumata

### Sozial

- Arbeitsplatz
- Rentenverfahren
- Familie
- Freunde

Umfassende Diagnostik (1 oder 2 Tage) durch unser interdisziplinäres Behandlungsteam: Ärzte, Psychologen, Psychologische Psychotherapeuten, Physiotherapeuten, medizinische Trainingstherapeuten, Kunsttherapeuten, Ergotherapeuten, Medizinische Fachangestellte und Ernährungsberater.

# Nachhaltig gegen Schmerz



Wir möchten Ihnen helfen, rundum Schmerzexperte zu werden. Bei uns können Sie Strategien zur Schmerzbewältigung erlernen, um Ihren Schmerz selbst gezielt positiv zu beeinflussen. Unser Fokus liegt daher nicht auf medizinischen Eingriffen.

## Therapieziele

- Schmerzlinderung
- Umgang mit den Schmerzen erlernen
- Förderung der Wiederaufnahme normaler Alltagsaktivitäten
- Förderung einer Rückkehr an den Arbeitsplatz
- Reduzierung des Schmerzerlebens
- Rückgewinnung von Selbstbestimmung
- Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit
- Steigerung des psychischen Wohlbefindens
- Verbesserung der individuellen Lebensqualität

## Ambulante Nachsorge

- durch Ihren einweisenden Haus- oder Facharzt