



Brunnen-Klinik

Das Therapieprogramm in der Brunnen-Klinik wird in einem mehrwöchigen stationären Behandlungszeitraum durchgeführt. Die Brunnen-Klinik verfügt über eine erstklassige medizinische Infrastruktur und umfangreiche therapeutische Möglichkeiten. Zum Kraftschöpfen können Sie Schwimmbad, Sporthalle und Sauna nutzen.

Sie werden in großzügigen Einzelzimmern mit Balkon, Dusche, WC und Telefon untergebracht. Die harmonische Atmosphäre und ein großes Angebot an Freizeitaktivitäten helfen, Ihre Behandlungsziele auf angenehme Weise zu erreichen. Dazu trägt auch die reizvolle Umgebung der Klinik in Bad Meinberg, am Rand des Teutoburger Waldes, bei.

Brunnen-Klinik

Blomberger Straße 9 Tel. (0 52 34) 9 06-0
32805 Horn-Bad Meinberg Fax (0 52 34) 9 06-4 00

info@brunnen-klinik.de

www.hilfe-bei-kopfschmerzen.de
www.brunnen-klinik.de

Brunnen-Klinik

Wenn der Schmerz keine Grenzen kennt.



Ganzheitliche Therapie bei Migräne und chronischen Kopfschmerzen.

„Morgens verspüre ich einen dumpfen Druck im Kopf, der sich dann über den Tag steigert, mit Übelkeit, großer Schläpheit und dröhnendem Kopf. Dies hält bis zu drei Tage an und erfährt nur eine leichte Besserung durch Schmerzmittel.“

„Oft fängt es nachts an. Ich kann nicht schlafen vor Schmerzen, mir ist schlecht, jede Bewegung hämmert im Kopf.“



Therapie-Angebot

troffene auf Dauer schwerwiegende Beeinträchtigungen ihres täglichen Lebens in Kauf. Nur etwa die Hälfte der Betroffenen befindet sich in ärztlicher Behandlung. Soweit darf und muss es nicht kommen. Gerade in den letzten Jahren hat die Migränerforschung neue, effektive und nebenwirkungsarme Behandlungsmöglichkeiten hervorgebracht.

Hilfe und spürbare Linderung bietet ein spezielles Therapieprogramm, das an der Brunnen-Klinik in Bad Meinberg, einer der führenden Kliniken Deutschlands zur Behandlung von Migräne-Erkrankungen, entwickelt und in den letzten 10 Jahren bei rd. 1700 Patienten angewendet wurde.

Migräne und chronische Kopfschmerzen führen zu einer schwerwiegenden Beeinträchtigung der Lebensqualität:

„Es beginnt mit dem Augenflimmern, danach folgt Taubheit im linken Arm, die sich langsam bis ins Gesicht fortsetzt.“




Krankheitsbild

Etwa zehn Millionen Frauen und Männer sind in Deutschland von Migräne betroffen. Die Krankheit ist mit ihren vielschichtigen Auswirkungen und Begleitsymptomen für die Betroffenen, aber auch für die Angehörigen eine sehr starke Belastung. Während eines Migräneanfalls ist an einen normalen Tagesablauf nicht zu denken. Oftmals sinkt die Lebens-


qualität auf ein Minimum. Migräneattacken dauern mehrere Stunden, in Einzelfällen aber auch bis zu drei Tage. Migräne wird oftmals von Außenstehenden nicht ernst genommen oder verharmlost. Um von Ihren Mitmenschen nicht als psychisch labil oder wenig belastbar angesehen zu werden, nehmen viele Be-

Brunnen-Klinik

**Wieder mit Zuversicht aktiv sein
und das Leben genießen können.**



„Ich habe neuen Mut geschöpft. Für mich war wichtig, zu lernen, wie ich die Migräneschmerzen rechtzeitig in den Griff bekomme. Jetzt bestimmt nicht mehr die Angst vor der nächsten Attacke mein Leben.“



Die ganzheitliche Therapie kombiniert die Anwendung von psychologischen und physiologischen Behandlungsmodulen nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen.



Ganzheitlicher Behandlungsansatz

Die vielfältigen Ursachen von Kopfschmerzerkrankungen machen es besonders wichtig, sich dem Problem mit einer ganzheitlichen Sichtweise auf Körper, Psyche und Ihre persönliche Lebenssituation zu nähern. Nur so werden alle wichtigen Aspekte erkannt, richtig bewertet und der Grundstein für einen nachhaltigen Therapieerfolg gelegt. Abgestimmt auf Ihre persönliche Gesundheitsgeschichte erarbeiten wir mit Ihnen zusammen den aussichtsreichsten Therapieplan.

Unsere Therapie bedeutet Teamarbeit

Um den komplexen Symptomen der Migräne und ihren Folgeleiden wirksam begegnen zu können arbeitet in der Brunnen-Klinik unter der Leitung von Chefarzt Dr. med. Klaus M. Hocker ein entsprechend großes Team von Ärzten verschiedener Fachrichtungen wie Neurologie, Psychiatrie, Innere

Medizin, Physikalische und Rehabilitative Medizin mit Psychologen, Krankengymnasten und Physiotherapeuten zusammen.

Lebensqualität zurück erlangen

Am Ende der Behandlung werden Sie über ein umfangreiches Wissen verfügen, welches Ihre spezifischen Krankheitsursachen sind und wie Sie Ihre Schmerzen reduzieren können. Die Gestaltung Ihres täglichen Lebens wird nicht weiter vom Schmerzgeschehen abhängig sein:

- Weniger Migräneattacken
- Optimale Medikamenteneinstellung
- Individuelle Entspannungsverfahren
- Ängste, Sorgen, Resignation werden abgebaut
- Körperliche Aktivitäten sind wieder vermehrt möglich
- Bessere Konzentrationsfähigkeit u. erholsamer Schlaf



Fundiert therapieren

Die Behandlung erfolgt mit verschiedenen Behandlungsmodulen. Im Mittelpunkt stehen eine optimierte Medikamenteneinstellung, gezielte Informationen über die Krankheit und ihre Zusammenhänge sowie das Erkennen von persönlichen Stressverarbeitungsstilen.

Zur mentalen Entspannung wird in Übungssitzungen das Autogene Training erlernt, daneben die Progressive Relaxation nach Jacobson. In Kombination mit Bewegungsübungen wird es ermöglicht, den eigenen Körper wieder positiv wahrzunehmen. Unterstützt wird dies durch innovative Behandlungsformen wie Therapeutisches Bogenschießen und Qigong-Übungen zur Körpererfahrung. In täglichen Gruppengesprächen werden die psychosomatischen Zusammenhänge thematisiert und gemeinsam Lösungsperspektiven aufgezeigt.



Module des Therapieprogramms sind:

- Umfassendes medizinisches Aufnahmegespräch mit Bestandsaufnahme der bisherigen Behandlungen sowie Kopfschmerztagebuchanalyse
- Medikamentöse Einstellung
- Schmerzbewältigungsgruppe
- Themenzentrierte Gesprächsgruppe „Kopfschmerz/Migräne“
- Entspannungsverfahren
- Biofeedbackverfahren (insbesondere Atemfeedback)
- Körperwahrnehmende Bewegungstherapie nach Feldenkrais

Weitere Module nach individuellem Krankheitsbild:

- Gruppenpsychotherapie
- Sport und Bewegungstherapie
- Spezielle Psychotherapie
- Transkutane elektrische Nervenstimulation (TENS)
- Schmerztherapie mit Lokalanästhetika