

## Schmerzzentrum in Kassel bindet Naturheilverfahren ein Selbst gegen Migräne aktiv werden

Das Kasseler Aktivprogramm hilft Schmerz-Patienten, im Rahmen einer multimodalen Schmerztherapie ihre Krankheit in den Griff zu bekommen. Wie Chefarzt Dr. Andreas Böger berichtet, spielen dabei Naturheilverfahren eine wichtige Rolle.

Zur Behandlung von Patienten mit stark beeinträchtigender Migräne und Kopfschmerzen setzt man heute oft auf die interdisziplinäre multimodale Schmerztherapie (IMST). Sie berücksichtigt organische und seelische Faktoren, die den Schmerz auslösen und mit unterhalten können. Daher gilt sie als komplexe und intensive Therapieform, deren Wirkung über die Summe der Einzelleistungen hinausgeht, und deren Bestandteile in dieser Intensität und Frequenz im ambulanten Rahmen nicht möglich sind. Beteiligt sind ärztliche Schmerzspezialisten verschiedener Fachrichtungen, meist Anäs-

thesisten und Neurologen, psychologische Psychotherapeuten und speziell geschulte Physiotherapeuten.

### Wird individuell angepasst

Im Schmerzzentrum Kassel wurde ein sehr individuelles und modular aufgebautes Behandlungskonzept entwickelt, das dem großen Behandlungsspektrum Rechnung trägt. Es reicht von psychisch traumatisierten Schmerzpatienten über solche mit komplexen Kopfschmerzen bis zu multimorbiden älteren Schmerzpatienten, also Betroffenen mit mehreren Grund-Erkrankungen. Der Fokus liegt dabei auf der aktivierenden Therapie, daher der Begriff „Kasseler Aktiv Programm“, kurz KAP. Seit 2014 haben die Initiatoren des KAP die Integration von Manueller Therapie und Naturheilverfahren in das bestehende Behandlungskonzept vorangetrieben. Dies zeigt sich seit 2018 auch im Namen „Zentrum für Schmerzmedizin, Manuelle Therapie und Naturheilverfahren“ und verleiht dem KAP eine Sonderstellung unter den multimodalen Therapie-Programmen. Beispielsweise leiten die Therapeuten Patienten mit Kopfschmerzen aktiv dazu an, Senfmehl-Fußbäder, Ingwer-Nierenwickel, Akupressur und Qigong regelmäßig zu Hause anzuwenden (siehe Kasten). In der Regel werden Patienten zunächst ambulant ausführlich untersucht. Darauf folgt eine Empfehlung an den zuweisenden Arzt und oft eine zeitlich begrenzte ambulante Weiterbehandlung – oder bei mehreren erfolglosen ambulanten Behandlungs-Versuchen oder Operationen auch eine

tagesklinische oder stationäre multimodale Schmerztherapie. Das KAP erfreut sich bei den Patienten großer Beliebtheit – und bedingt damit leider in einigen Fällen auch lange Wartezeiten. Daher wurde ein schnellerer Aufnahmeweg etabliert, „direct access“ genannt, bei dem zuweisende Ärzte mittels einer Checkliste dringende Patienten anmelden können. Die Patienten können sich aus dem ganzen Bundesgebiet ins Kasseler Schmerzzentrum überweisen lassen. Die stationäre Behandlung dauert rund 17 Tage, die tagesklinische für Patienten aus dem Umkreis von Kassel vier Wochen. Im Herbst 2020 ist das Regionale Schmerzzentrum umgezogen: von den DRK-Kliniken Nordhessen 500 Meter weiter in die Vitos Orthopädische Klinik. Diese Klinik bietet gute Voraussetzungen, das interdisziplinäre Schmerzzentrum zukunftsfristig aufzustellen und langfristig weiterzuentwickeln. Es besteht eine enge Kooperation mit der Wirbelsäulen-Orthopädie und der Allgemeinen Orthopädie. Alle bildgebenden Verfahren befinden sich ebenfalls im Haus. Damit können wir den Patienten eine fachlich bessere Betreuung und einen größeren Komfort gewährleisten. ■

Dr. Andreas Böger

### Autor

Dr. med. Andreas Böger  
Chefarzt Schmerzmedizin,  
Manuelle Therapie und  
Naturheilverfahren  
Wilhelmshöher Allee 345  
34131 Kassel  
Telefon: 0561-30 84-501  
www.vitos-okk.de



### Drei sanfte Methoden für zu Hause

Basis des Kasseler Aktiv-Programms zur Behandlung von Schmerzen sind Therapiemethoden, welche die Patienten regel-

mäßig zu Hause anwenden können. Dies ist eine wichtige Grundlage dafür, dass Schmerzattacken wie etwa Migräne seltener werden. Unter anderem erlernen die Patienten folgende Methoden:

- 1. Qigong:** Langsame, fließende Bewegungen, verbunden mit einer begleitenden Atemtechnik kennzeichnen Qigong (Foto). Es ist Teil der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Es stärkt die Stressresistenz und wirkt bei Migräne vorbeugend.
- 2. Akupressur:** Auch diese Methode stammt aus der TCM. Ähnlich wie bei der Akupunktur werden bestimmte Punkte am Körper bearbeitet, hier jedoch nicht mit Nadeln. Stattdessen übt man mit den Fingern Druck auf die Stellen aus. Bei Migräne werden Punkte an der Schläfe, an Armen und Beinen bearbeitet.
- 3. Senfmehl-Fußbäder:** Gemahlene Senfkörner enthalten Stoffe, die anregend wirken und die Durchblutung fördern. Ein Senfmehl-Fußbad kann helfen, eine aufkeimende Migräne-Attacke abzuwenden. Man gibt dazu ein bis zwei Esslöffel Senfmehl in einen Eimer mit gut warmem Wasser und stellt die Füße etwa 15 Minuten lang hinein. Anschließend wäscht man sie mit klarem Wasser ab, um Hautreizungen durch das Senfmehl zu vermeiden.