



Das Biopsychosoziale Schmerzkonzept hat gedankliche Ursprünge in den Forschungen von Adolf Meyer (1866-1950) aus Zürich, welche er später in den USA zu grosser Akzeptanz bringen konnte. Es trägt der neurobiologischen Ursache von Kopfschmerzen Rechnung und ermöglicht es gleichzeitig, die sozialen, psychischen und physischen Faktoren, welche Kopfschmerzen modulieren, verschlimmern und verbessern können, zu erkennen und zu behandeln.

Hier liegt ein nicht zu überschätzender Vorteil dieses wissenschaftlich anerkannten Therapiekonzepts: es gelingt, nicht nur mit medikamentösen, sondern auch mit nicht-medikamentösen Therapien Kopfschmerzen nachhaltig positiv zu beeinflussen. Dies bedeutet eben nicht, dass Kopfschmerzen eine psychosomatische Ursache haben, sondern dass man die biologischen Grundlagen der Kopfschmerzen indirekt beeinflussen kann, indem man zum Beispiel emotionalen Stress identifiziert und durch Verhaltensänderungen reduzieren kann. Hierzu dienen aktive Entspannungstherapien wie Progressive Muskelentspannung nach Jacobson, Yoga, Qi Gong wie auch verhaltenstherapeutische speziell auf Kopfschmerzen ausgerichtete Ansätze unseres Psychologenteams. Dies gilt genauso für die Ebene unserer physiotherapeutischen Arbeit mit Ihnen: Fehlhaltungen identifizieren und aktiv beheben sind genauso wichtig wie das Behandeln von Fehlfunktionen der Kiefergelenke. Atemtechniken und aerobes Ausdauertraining sowie das Erlernen von Achtsamkeit im Alltag helfen nachweislich, die meisten Kopfschmerzarten zu therapieren. Immer gilt es, die Kopfschmerzpatientin und den Kopfschmerzpatienten schrittweise zur aktiven Therapie anzuleiten und zu begleiten, so dass der Alltag wieder gelingen kann.

Unsere Arbeit in der Migräne- und Kopfschmerzklinik Königstein fusst ausschliesslich auf wissenschaftlich anerkannten (evidenzbasierten) Diagnosen und Therapien, wie sie von der Internationalen Kopfschmerzgesellschaft (IHS) sowie von der Deutschen Neurologischen Gesellschaft empfohlen werden. Darüber hinaus werden immer neueste Studienergebnisse berücksichtigt. Unser hohes fachliches Niveau und unsere grosse interdisziplinäre und interprofessionelle Erfahrung in der Behandlung von Kopfschmerzen erlauben es uns, jede Patientin und jeden Patienten individuell zu behandeln und so auch, wenn notwendig, neue Therapiemöglichkeiten aufzuzeigen.