

Vortrag

Chronische Schmerzen

Circa 17 Prozent der Deutschen leiden unter anhaltenden Schmerzen. Dies kann zu einer Erniedrigung der Schmerzschwelle, zu psychopathologischen Veränderungen und zu einer Belastung im beruflichen, wie im sozialen Umfeld führen. Die Betroffenen leiden nicht nur unter Schmerzen, sondern mit der Zeit auch unter körperlichen Einschränkungen, unter niedergedrückter Stimmung, (Zukunfts-) Angst, Schlafstörungen, Konzentrationsverlust, sozialer

Isolation bis hin zu Vereinsamung – und geraten so in den „Teufelskreis des Schmerzes“.

Schmerzmittel alleine helfen bei chronifizierten Schmerzen nicht. Es sind weiterreichende Behandlungsansätze erforderlich – hierzu zählt insbesondere das Wissen zu diesem Thema, aber auch körperliches Training, mentale Strategien und Entspannung.



©freepik.com

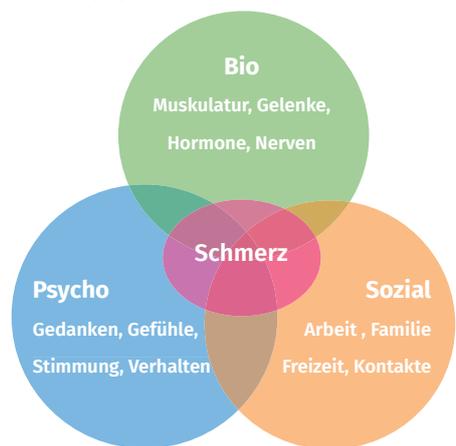
Für wen ist der Vortrag sinnvoll?

Ganz egal, ob Sie selbst betroffen sind, oder in Ihrem Umfeld Menschen mit diesem Leiden sind – dieser Vortrag bietet Ihnen die Möglichkeit neues Wissen zu erlangen und einen verbesserten Umgang mit diesem Leiden zu erreichen – für Sie selbst, Ihre Angehörigen, Freunde oder Mitarbeiter.

Inhalte des Vortrags

- Unterscheidung zwischen akutem, chronischem und chronifiziertem Schmerz
- Was passiert physiologisch, was psychisch, bei der Entwicklung von chronifiziertem Schmerz?
- Welche Möglichkeiten gibt es aus diesem Teufelskreis heraus zu finden?
- Vorstellung der Workshops: Achtsamkeit, Meditation und Modulation erlernter Denkschemata

Bio-psycho-sozial Schmerzmodell



© J. Korb AK-Patienteninformation Deutsche Schmerzgesellschaft

Anmeldung +++ Info +++

AMEOS Reha Zentrum Oberhausen
Robert-Koch-Str. 19
46145 Oberhausen
Tel.: 0208 695-7411
praevention.rzo@ob.ameos.de

Teilnehmerzahl: 50 Personen
Termin: individuell vereinbar
Kosten: auf Anfrage
Dauer: 60 Minuten
Aktive Teilnahme erwünscht