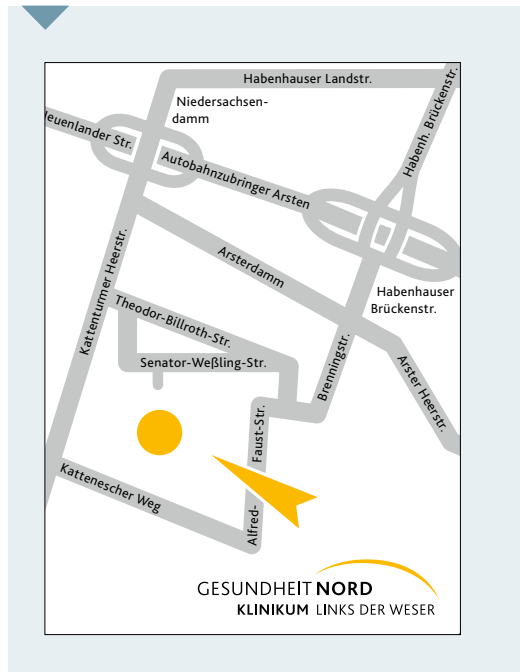




So finden Sie zu uns



KLINIKUM LINKS DER WESER

Senator-Weßling-Straße 1 | 28277 Bremen
Fon 0421 879-0

BAHN

Straßenbahn Linie 4 / 5
Haltestelle: Klinikum Links der Weser

PKW

Abfahrt Bremen-Brinkum – Fahrrichtung Bremen-
Mitte – Kattenurmer Heerstraße Kreuzung
Theodor-Billroth-Straße – rechts (Krankenhaus
ausgeschildert) – rechts Senator-Weßling-Str.

Klinik für Kinder- und Jugendmedizin Kopfschmerzschulung für Kinder und Jugendliche



Liebe Eltern,

unsere Kopfschmerzgruppe ist ein Angebot für Kinder zwischen 9 und 13 Jahren die häufig unter Kopfschmerzen leiden. Es ist unser Ziel, dass Kinder zum einen ein wirksames Medikament zur Schmerzbekämpfung bei starken Kopfschmerzen einnehmen können, zum anderen sie über nicht medikamentöse Maßnahmen der Schmerzbewältigung zu informieren. Bei dieser Schulung möchten wir Ihrem Kind Möglichkeiten aufzeigen, selbständig gegen seine Schmerzen anzugehen und sein Schmerzempfinden zu verringern.

Gemeinsam mit anderen Kindern/Jugendlichen seiner Altersklasse lernt Ihr Kind in insgesamt sechs Treffen unterschiedliche verhaltensmedizinische Maßnahmen. Hierzu gehören

- ▶ Die Aufklärung über Kopfschmerzen und die Entwicklung eines einfachen Schmerzmodells
- ▶ Das Erkennen von Kopfschmerzauslösern, Belastungsfaktoren und deren Zusammenhang auf körperliche Reaktionen
- ▶ Erlernen einer Entspannungstechnik (Progressive Muskelentspannung, biofeed-back-Geräte) und Einsatz eines TENSgerätes

- ▶ Erlernen von Stressbewältigung und Reizverarbeitung wie das Erkennen negativer Gedanken, gedankliche Schmerzkontrolle, kognitive Umstrukturierung, Problemlösefertigkeiten, Selbstsicherheitsübungen
- ▶ Erlernen spezieller Schmerzbewältigung, wie z. B. Aufmerksamkeitslenkung
- ▶ Informationen für Eltern

Nicht jedes Kind profitiert von allen Übungen gleichermaßen. Die Übungen, die Ihrem Kind am besten helfen, werden zu einem individuellen Plan zusammengesetzt. Die Kopfschmerzgruppe findet immer einmal wöchentlich, der erste und letzte Termin jeweils im Beisein der Eltern statt. Am ersten Termin werden die Eltern zusätzlich über Ursachen der Kopfschmerzen und Inhalte der Schulung informiert. An dem letzten Termin wird gemeinsam mit den Eltern und Kindern über den individuellen Behandlungsplan des Kindes gesprochen. Für die Teilnahme benötigen wir das Einverständnis Ihres behandelnden Kinderarztes sowie eine stationäre Einweisung.

TERMIN

Bitte erfragen Sie den nächsten Schulungstermin in der Kindertagesklinik oder direkt bei Martina Faiß.

ANSPRECHPARTNER

Martina Faiß

Dipl.-Psychologin/Neuropsychologin
Fon 0421 879-1563

ANMELDUNG

EEG-Abteilung

Fon 0421 879-1319
Fax 0421 879-1590

KINDERTAGESKLINIK

Klinik für Kinder- und Jugendmedizin

Fon 0421 879-1507
Klinikum Links der Weser,
Senator-Weßling-Str. 1
28277 Bremen