



Studie zu nicht-medikamentöser Behandlung von Kopfschmerzen und Migräne

Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit Interesse an achtsamkeitsbasierter Methode Introvision für Studie am Klinikum der Universität München gesucht.

Leiden Sie an Kopfschmerzen oder Migräne? Haben Sie Interesse, eine nicht-medikamentöse Behandlungsmethode kennenzulernen? Dann laden wir Sie ein, an unserer Studie zu Introvision bei Migräne am Klinikum der Universität München teilzunehmen!

Wenn Sie unter Migräne leiden, kennen Sie sicherlich die Reizüberempfindlichkeit, die mit den Kopfschmerzen einhergeht. Migränepatienten haben nachgewiesenermaßen eine gestörte Reizverarbeitung mit fehlender Gewöhnung an wiederholte Reize. Eine Entspannungsmethode, die mit einer Wahrnehmungstechnik arbeitet, könnte daher bei Migräne besonders wirksam sein.

Die Wirksamkeit der Introvision und der eigens entwickelten Wahrnehmungstechnik wurde anhand zahlreicher Studien nachgewiesen – unter anderem zu Tinnitus und Muskelverspannungen, aber auch in weiteren sehr unterschiedlichen Themengebieten wie Leistungssport und Aufstiegschancen von Frauen in Führungspositionen.

Bei der Migräne gibt es viele positive Erfahrungen über die vorbeugende und teils sogar in der Attacken abwendende Wirkung von Introvision. Ein wissenschaftlicher Nachweis liegt jedoch noch nicht vor. Deshalb untersuchen Dr. Monika Empl (Neurologische Klinik und Poliklinik des Klinikums der Universität München) zusammen mit Sonja Löser und Petra Spille der Forschungsgruppe Introvision (Universität Hamburg) die Wirksamkeit von Introvision bei Migräne.

Für diese Studie werden noch volljährige Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus dem Raum München gesucht, die mindestens fünf Kopfschmerztage im Monat haben. Weitere Teilnahmevoraussetzungen können dem Flyer zur Studie unter folgendem Link entnommen werden:

http://www.klinikum.uni-muenchen.de/download/de/Forschung/studien/Flyer-Migraenestudie_Empl_12092017.pdf#Studienteilnahme

„Ein neuer und innovativer Ansatz, Spannungskopfschmerzen und Migräne ohne Arzneimittel zu behandeln, ist die Introvision. Sie geht davon aus, dass innere Konflikte Stress und Anspannung verursachen, die wiederum zu Kopfschmerzen führen. Mittels der eigens entwickelten Achtsamkeits- und Wahrnehmungstechnik bietet die Introvision eine wirksame Methode zur dauerhaften Auflösung dieser Konflikte und somit zur Beseitigung eines häufigen Auslösers von Kopfschmerzen.“ (Empl et al. 2017)

Ansprechpartnerin

Monika Empl Tel.: (040) 43 27 17 40
monika.empl@med.uni-muenchen.de

Weitere Informationen

<https://www.introvision.uni-hamburg.de>
<http://www.introvision.de>
<http://www.netzwerk-introvision.de>

Literatur

Empl, Monika; Spille, Petra; Löser, Sonja (2017). Introvision bei Kopfschmerzen und Migräne. Die innovative Methode zur Selbsthilfe. München

Wagner, Angelika C. (2011). Gelassenheit durch Auflösung innerer Konflikte. Stuttgart

Wagner, Angelika C.; Kosuch, Renate; Iwers-Stelljes, Telse (2016). Introvision. Problemen gelassen ins Auge schauen. Stuttgart