



Migräne- und Kopfschmerzambulanz Königstein

Priv.-Doz. Dr. med. Charly Gaul, Chefarzt der Migräne- und Kopfschmerzambulanz Königstein

Seit 40 Jahren Hilfe bei Migräne und Kopfschmerzen

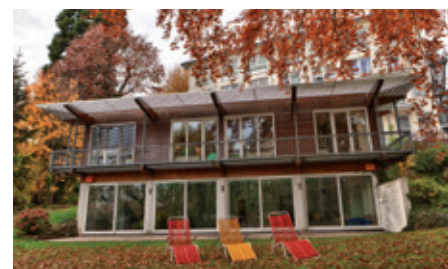


Seit 1977 behandelt die Migräne- und Kopfschmerzambulanz in Königstein im Taunus Patienten mit Kopf- und Gesichtsschmerzen. Dabei verfolgt sie von Anfang an einen Ansatz, der heute am besten mit einem multimodalen Therapiekonzept beschrieben wird. Der Gründer der Klinik, Dr. med. Joachim

Brand, hatte erkannt, dass mit den damals nur sehr eingeschränkt zur Verfügung stehenden medikamentösen Möglichkeiten eine befriedigende Kopfschmerzbehandlung für viele, insbesondere chronisch betroffene Patienten, nicht möglich ist. Er integrierte deshalb Verfahren aus der Ordnungstherapie, psychologische Therapieansätze, Ausdauersport und Entspannungsverfahren sowie Kneipp-Behandlung und Ernährungsumstellung in die Therapie. Im Laufe der vier Jahrzehnte hat sich die Klinik deutlich weiterentwickelt und steht seit 2011 unter neurologisch-schmerztherapeutischer Leitung.

Umgesetzt wird ein modernes Konzept der verhaltenstherapeutisch basierten multimodalen Schmerztherapie. Basierend auf einem bio-psycho-sozialen Schmerzmodell kommen leitliniengerecht Medikamente zur akuten Schmerzbehandlung sowie zur vorbeugenden Behandlung und zur Therapie von Begleiterkrankungen, wie Bluthochdruck, Depression und Angststörung, zum Einsatz. Für chronisch Betroffene sind jedoch gerade die Lebensumstände, Stressoren im privaten oder beruflichen Umfeld und andere Belastungen entscheidend im Umgang mit den Kopfschmerzen und haben einen wesentlichen Einfluss auf die Lebensqualität, das Ausmaß der Beeinträchtigung und die Kopfschmerzfrequenz. Kopf- und Gesichtsschmerzen als Erkrankung besser verstehen zu lernen, ist eine Voraussetzung, um souveräner mit der Erkrankung umgehen zu können. Dazu ist es wichtig zu wissen, was dabei im Nervensystem geschieht. Hierfür werden ausführliche Patientenedukationsvorträge zur Kopfschmerzentstehung, zur medikamentösen Akutbehandlung und Vorbeugung sowie zu den nicht-medikamentösen Verfahren (Ausdauersport und Entspannungstraining) eingesetzt. Ein wesentlicher Schwerpunkt bildet darüber

hinaus die Behandlung und Vorbeugung von Kopfschmerzen durch die Einnahme zu vieler



Medikamente (Kopfschmerz durch Medikamentenübergebrauch). Eine wichtige Säule der Therapie stellt die Verhaltenspsychologie dar. Hier wird in den Gruppentherapien an dem Umgang mit Stressoren im Alltag, der Bewältigung anstelle der früher propagierten Vermeidung von Auslösern und an einem ausgewogenen Wechsel zwischen Aktivität und Entspannung gearbeitet. Darüber hinaus werden häufig anzutreffende psychische Erkrankungen, wie Angst und Depression gezielt auch psychotherapeutisch behandelt. Wesentlich ist auch die Weiterbehandlung nach der Entlassung aus der Klinik zu planen. Da Kopfschmerzerkrankungen nicht heilbar sind, ist die längerfristige Weiterbetreuung der Patienten sehr bedeutsam.

Aus der Migräne- und Kopfschmerzambulanz Königstein

Priv.-Doz. Dr. med. Charly Gaul, Chefarzt der Migräne- und Kopfschmerzambulanz Königstein

Krankenhaus, Vorsorge- und Rehabilitationsambulanz



Krankenhausbehandlung Die Migräne- und Kopfschmerzambulanz ist im Krankenhausplan des Landes Hessen als neurologische Klinik mit dem Schwerpunkt

Kopf- und Gesichtsschmerzerkrankungen aufgeführt. Dies bedeutet, dass eine Behandlung nach einer ärztlichen Einweisung zu Lasten der gesetzlichen Krankenkassen erfolgen kann. Die Klinik prüft jedoch vorab die Aufnahmeindikation. Die Behandlung kann kurzzeitig zur gezielten Diagnostik oder Therapie einer Kopf- und Gesichtsschmerzerkrankung erfolgen sowie in einem strukturierten multimodalen Therapieprogramm,

das den speziellen Vorgaben des Operationen- und Prozeduren Katalogs (OPS) folgt. Diese Behandlung dauert in der Regel zwischen 2 und 3 Wochen und erfolgt in einer geschlossenen Gruppe von 8 Mitpatienten. Aufgrund der Vorgaben des OPS und der begrenzten Behandlungsdauer ist hierbei ein intensives Therapieprogramm zu absolvieren. Privat versicherte Patienten brauchen für eine Krankenhausbehandlung eine vorherige Kostenzusage ihrer Krankenkasse. **Vorsorge- und Rehabilitationsambulanz** Zugelassen ist die Klinik darüber hinaus als Vorsorge- und Rehabilitationsambulanz. Die Behandlung in der stationären Vorsorge zu Lasten der gesetzlichen Krankenversicherung dient

der Verhinderung von Chronifizierung und weiterer Verschlechterung des Gesundheitszustandes. Nicht-medikamentöse Verfahren und Edukation stehen bei diesem präventiven Charakter im Vordergrund. Die reguläre Dauer einer Vorsorgebehandlung liegt bei 3 Wochen. Die Rehabilitation dient nach den Vorgaben des Sozialgesetzbuches der Wiederherstellung der Gesundheit, der Reduktion der Beeinträchtigung im Alltag und der Aufrechterhaltung der Erwerbsfähigkeit. Kostenträger sind Krankenversicherung, Rentenversicherung oder auch die Berufsgenossenschaften. Eine Rehabilitationsbehandlung kann in Abhängigkeit von der Schwere der Erkrankung zwischen drei und fünf Wochen dauern.



Basis der stationären klinischen Behandlung

Die multimodale Schmerztherapie

Der Leitgedanke des multimodalen Therapiekonzeptes ist die Zusammenführung unterschiedlicher Therapieverfahren, die aufeinander abgestimmt sind. Im Mittelpunkt steht der Patient, der von einem Behandlungsteam betreut wird, das einen engen Austausch untereinander unterhält. Teamgedanke und Aktualität ermöglichen es den Mitarbeitern, neue wissenschaftliche Erkenntnisse und Methoden frühzeitig zum Wohle der Patienten einzusetzen. Eine intensive Schulung und Aufklärung der Patienten über Therapieangebote kann diese vor unsinnigen, teuren, möglicherweise auch gesundheitsschädlichen Verfahren bewahren. Zusammengefasst könnte der Leitgedanke der Klinik lauten: Individualisierte Therapie nach aktuellem Kenntnisstand



Priv.-Doz. Dr. med. Charly Gaul mit Patientin

durch ein multiprofessionelles Team zum Wohle der Patienten mit Kopf- und Gesichtsschmerzen. In der Klinik kommen medikamentöse Therapie und nicht-medikamentöse Verfahren zum Einsatz. Häufig sind die Therapien der ersten Wahl vor stationärer Aufnahme bereits ambulant erfolglos versucht worden oder hatten

Priv.-Doz. Dr. med. Charly Gaul, Chefarzt der Migräne- und Kopfschmerzklinik Königstein

zu Nebenwirkungen geführt, teilweise waren Dosierungen von Medikamenten zu niedrig oder zu hoch. Durch die große Erfahrung kann hier die Therapie nochmals optimiert werden. Zum Teil können Medikamente eingesetzt werden, bei denen aufgrund der großen Patientenzahl in der Klinik Erfahrungen bestehen, die den vorbehandelnden Ärzten nicht vorliegen. Die psychologische Gruppentherapie zur Stress- und Kopfschmerzbewältigung wird ergänzt durch zusätzliche Angebote, wie z.B. durch eine Gruppe für Patienten mit Schlafstörungen. Die Physiotherapie stellt das Erlernen von individuellen Übungen, die der Patient auch selbstständig ausführen und zuhause einsetzen kann, in den Mittelpunkt. Dazu wird zunächst ein ausführlicher Befund erhoben und dann gezielt behandelt.

Dr. med. Jan Brand geht in den Ruhestand

Dr. med. Jan Brand im Interview



Am 1. Juli geht Dr. med. Jan Brand in den Ruhestand. Er leitete die Klinik zusammen mit seinem Bruder, Dr. med. Ronald Brand, als Chefarzt, und Gesellschafter und seit 2011 als geschäftsführender Gesellschafter. Mit Engagement und großer Erfahrung hat er 28 Jahre Patienten behandelt, ihnen zugehört, sie verstanden und ihnen Wege aufgezeigt, wie sie ihre Migräne in den Griff bekommen können.

Red.: Herr Dr. Brand, was hat Sie bewogen mit 66 Jahren in den Ruhestand zu gehen?

Dr. Brand: Ursprünglich war mein Ziel, Migränepatienten zu helfen, wieder ein lebenswertes Leben zu führen, und ihre genetisch bedingte, chronische Erkrankung in den Griff zu bekom-

men. Dies erfordert für jeden Patienten Zeit. Zeit, die mir heute durch die zunehmende Bürokratisierung im Gesundheitswesen fehlt.

Welche Pläne haben Sie für die Zukunft?

Mein bisheriges Leben war geprägt durch meinen Beruf. Dabei kamen private Interessen oft zu kurz. Ich möchte jetzt frei von beruflichen Verpflichtungen und Terminen sein und offen für neue Dinge.

Was war das Besondere für Sie an der Arbeit mit Migräne- und Kopfschmerzpatienten?

Lange Zeit war Migräne tabu in der Gesellschaft und ist es zum Teil leider heute manchmal auch noch. Die Patienten ertrugen ihr Leiden meist still vor sich hin. Aufklärung über Migräne gab es so gut wie keine. Ich legte daher mein besonderes Augenmerk darauf, Migränepatienten über ihr Krankheitsbild aufzuklären, Wissenslücken zu schließen, die Öffentlichkeit zu sensibilisieren und die Patienten zu motivieren, aktiv mitzuhelfen bei der Behandlung und letztendlich als mündiger Patient die Migräne in den Griff zu bekommen.

Was würden Sie aus Ihrer langjährigen Erfahrung Migräne- und Kopfschmerzpatienten mit auf den Weg geben?

„Änderst Du Dich, dann ändert sich auch deine Migräne“. Sie können Ihre Migräne beeinflussen durch eine andere Einstellung und ein verändertes, aktives Verhalten, gerade im Bereich der nicht-medikamentösen Prophylaxe, wie z.B. tägliche Entspannungsübungen, regelmäßigen leichten Ausdauersport, Nein-Sagen, etc.

Was hat Ihnen besonders Freude an Ihrer Tätigkeit gemacht, und was hat Sie besonders geärgert?

Ich habe mich gefreut, wenn ich Patienten getroffen habe, die meine Empfehlungen umgesetzt haben, und denen es dadurch besser ging. Geärgert hat mich, dass immer noch Migränepatienten mit erheblichen Einschränkungen im familiären, beruflichen und sozialen Bereich durch ihre Krankheit zu kämpfen haben.

Herr Dr. Brand, vielen Dank für das Gespräch und eine gute, erfüllte Zeit im Ruhestand.

Barbara Schick, Redaktion SchmerzLos



Der neue Geschäftsführer stellt sich vor

Erik Schmoock im Gespräch



Erik Schmoock ist seit Februar 2017 Geschäftsführer der Migräne- und Kopfschmerzambulanz Königstein und tritt damit die Nachfolge von Dr. med. Jan Brand und Dr. med. Ronald Brand, den Söhnen des Klinikgründers an. Erik Schmoock ist 1969 geboren und hat drei Kinder. Seine Ausbildung zum Krankenpfleger schloss er 1993 ab. Anschließend absolvierte er bis 2001 das Studium Pflegemanagement an der FH Frankfurt. Seit 2000 ist er in verantwortlichen Funktionen verschiedener Akut- und Rehabilitationskliniken tätig.

Red.: Was hat Sie bewogen, Geschäftsführer der Migräne- und Kopfschmerzambulanz zu werden?

Erik Schmoock: In den vergangenen 15 Jah-

ren habe ich Kliniken im Bereich Akut und Rehabilitation geleitet und dabei immer den Schwerpunkt auf Neurologie gesetzt. Außerdem habe ich in zwei Kliniken den Akutbereich aufgebaut. Diese spannende Aufgabe war 2016 auch in der Migräne- und Kopfschmerzambulanz zu bewältigen. Seit Juni 2016 werden Akutpatienten im Rahmen der DRG-Fallpauschalen in Königstein in einem multiprofessionellen Team behandelt. Meine Aufgabe ist es, dieses Team in den nächsten Jahren zu unterstützen. Zusätzlich werde ich für den Eigentümer weitere Standorte betreuen.

Wie ist Ihre Bilanz nach 100 Tagen im Amt, und welche Eindrücke haben Sie gewonnen?

Die Migräne- und Kopfschmerzambulanz ist mit ihrem Team hervorragend aufgestellt. Wir haben zufriedene Patienten, denen unser Team hilft, mit ihrer chronischen Erkrankung umzugehen und mit einer besseren Lebensqualität und mehr Lebensfreude aus der Klinik nach Hause zurückzukehren. Mit geeigneten Strategien soll die Integration in den Alltag gelingen und eine Verkürzung der Krankheitstage erreicht werden.

Eine weitere wichtige Aufgabe als Geschäftsführer ist es, die Bekanntheit und Akzeptanz der Klinik bei den Kostenträgern zu steigern und die Integration in die Krankenhauslandschaft von Hessen zu verstärken.

Barbara Schick, Redaktion SchmerzLos

Welche Ziele wollen Sie mit der Klinik erreichen, und wie wollen Sie diese realisieren?

Die Klinik soll sich auch zukünftig medizinisch und wirtschaftlich als Fachambulanz etablieren und im Verbund unserer Gruppe eine wichtige Säule sein. Als kleine Fachambulanz in einem speziellen Segment der Patientenbehandlung soll ihre überregionale Bedeutung gehalten und weiter ausgebaut werden. Dazu gehören: Patientenveranstaltungen, qualitativ hochwertige medizinische Behandlungen, Einsatz neuer Strategien in der Kopf-, Gesichts- und Migränebehandlung, Zusammenarbeit mit Selbsthilfegruppen wie der MigräneLiga e.V. und der CSG e.V., um das Potenzial von Patientexperten zu nutzen. Ziel ist ein kompetentes, freundliches, dem Patienten zugewandtes Team, bei konsequenter Einhaltung ökonomischer Rahmenfaktoren.

Haben Sie einen Leitsatz, mit dem Sie die Klinik führen wollen?

Das Team der Migräne – und Kopfschmerzambulanz ist für die Patienten ein kompetenter und engagierter Partner bei der Behandlung ihrer Erkrankung. Dazu tragen alle Mitarbeiter der Klinik bei. **Herr Schmoock, ich danke Ihnen für das Gespräch und wünsche Ihnen viel Erfolg bei Ihren neuen Aufgaben.**

Patientenratgeber

Kopfschmerzen und Migräne



Die 3. Auflage des Patientenratgebers von Priv. Doz. Dr. med. Gaul ist erschienen. Darin geben

Kopfschmerzexperten in verständlicher Sprache Informationen über Migräne, Kopf- und Gesichtsschmerzen. Die 3. Auflage enthält mehr Abbildungen und Erläuterungen und informiert über alle Therapien, die jetzt neu verfügbar sind. Der gesamte Text wurde revidiert und aktualisiert. Das Buch ist zum Preis von € 12,95 in der Klinik, im Buchhandel und bei Amazon erhältlich.

Wir stellen vor

Neue Mitarbeiter der Klinik

Das Ärzteteam verstärken:

Dr. med. Thorsten Kühner, Oberarzt, Facharzt für Anästhesie und spezielle Schmerztherapie (seit 1.10.2015 in der Klinik)

Dr. Veronique Mayer, Fachärztin für Allgemeinmedizin (seit 1.2.2017 in der Klinik)

Dr. Estelle Neb, Fachärztin für Allgemeinmedizin (seit 1.1.2016 in der Klinik)

Frau Jessica Schwerdt, Ärztin in der Weiterbildung zur Fachärztin für Psychiatrie (seit 1.1.2016 in der Klinik)

Neu im Psychologenteam:

Sabrina Siefert, Psychologin (M.Sc.) (seit 15.3.2016 in der Klinik)

Christine van der Linde, Dipl. Psychologin und psychologische Psychotherapeutin (seit 1.4.2017 in der Klinik)

Neu im Physiotherapeutenteam:

Niklas Kempf, Physiotherapeut (seit 15.1.2017 in der Klinik)



Mein persönliches Problem

Barbara Schick, Redaktion SchmerzLos

Erst auf 180 dann kommt die Migräne



Es gibt Zeiten und Situationen, da bringt mich nichts aus der Ruhe. Dann aber wieder kann mich die Fliege an der Wand ärgern, und ich bin gleich auf 180. Hinterher habe ich immer ein schlechtes Gewissen und entschuldige mich bei meiner Familie, die meine Launen ertragen muss. Mein Mann sagt dann immer „am besten lasst Ihr die Mama jetzt in Ruhe, sie kriegt sich schon wieder ein“. Beim nächsten Mal geht es dann wieder genauso, ich gehe bei Kleinigkeiten in die Luft und kann mich einfach nicht beherrschen und schon im Ansatz überkommt mich die Scham, ob meines Verhaltens. Und die Strafe folgt dann meistens auf dem Fuß, denn anschließend liege ich mit einer starken Migräne im Bett. Gibt es da einen Zusammenhang zwischen meinen starken Emotionen und den darauf folgenden Migrä-

neattacken? Neulich war wieder so ein Tag. Schon beim Aufstehen dachte ich: „Du bleibst am besten liegen“, denn alles lief dann schief. Ich war zu spät, verpasste den Bus, versäumte einen wichtigen Termin, schüttete mir den Kaffee über das Kleid, ließ das Mittagessen anbrennen, war überkritisch zu den Kindern, stritt mich wegen Nebensächlichkeiten mit meiner Freundin und konnte mich am Ende selbst nicht mehr leiden. Als ich mich dann wenigstens abends bei einem Film entspannen wollte, denn ich stand den ganzen Tag unter Strom, spürte ich die ersten Anzeichen einer aufkommenden Migräne: Gähnen, überstarke Müdigkeit und Heißhunger auf Schokolade. So ging es nicht mehr weiter. Ich nahm gleich am nächsten Tag, einen Termin bei einem Kopfschmerzspezialisten in meiner Nähe. Dieser bestätigte mir, dass es einen Zusammenhang zwischen meinen Migräneanfällen und meinen Überreaktionen gibt. Denn manchmal, Gott sei Dank nicht immer, geht meinen Migräneattacken eine emotionale Instabilität vo-

raus, die sich in Überreaktionen ausdrückt. Mein Arzt riet mir bei den ersten Anzeichen von Unruhe und Überreaktionen verstärkt Entspannungsübungen zu machen, mich an der frischen Luft auszupowern. Vor allem aber mich nicht noch mehr über mein Verhalten aufzuregen. Gleichzeitig empfahl er mir eine nicht-medikamentöse Prophylaxe zu versuchen. Unter Anleitung eines Kopfschmerztherapeuten habe ich progressive Muskelrelaxation nach Jacobson gelernt. Jetzt nehme ich mir jeden Tag eine halbe Stunde Zeit, in der ich meine Übungen alleine weiterführe. Nach zwei Wochen regelmäßigen Trainings ging es mir schon besser. Die emotionalen Stimmungen ließen nach und damit auch meine Migräneanfälle. Und wenn ich merke, die Unruhe und Aggression überkommt mich wieder, bewege ich mich an der frischen Luft und nehme dann gleich mein Migränemedikament ein. Den Satz meines Mannes: „am besten lasst Ihr die Mama jetzt in Ruhe, sie kriegt sich schon wieder ein“, höre ich zumindest in dem Zusammenhang nicht mehr.



Symposium

zum 40jährigen Jubiläum der Migräne- und Kopfschmerzklinik

Am 26. August 2017 feiert die Klinik ihr 40-jähriges Bestehen mit einem Symposium für Ärzte und Psychologen. Dr. Joachim Brand, der Klinikgründer, hatte visionär den Bedarf an Therapie und Edukation für Kopfschmerzpatienten erkannt und den Mut, die erste Klinik 1977 mit diesem Schwerpunkt aufzubauen. Heute ist die Klinik in ein Netzwerk eingebunden. Dres. Jan und Ronald Brand führten die Arbeit ihres Vaters erfolgreich weiter. Seit 2012 wird die Klinik neurologisch geleitet, von Priv.-

Doz. Dr. med. Charly Gaul. Die Aufnahme in den Landeskrankenhausplan neben der bestehenden Zulassung als Vorsorge- und Rehabilitationsklinik im Jahr 2015 stellte entscheidende Weichen für die Zukunft. Das Symposium zum 40. jährigen Klinikjubiläum beinhaltet spannende Vorträge von Experten aus der Klinik sowie externe Referenten wie PD Dr. Stefanie Förderreuther, die Präsidentin der Deutschen Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft. **Das Programm erhalten Sie unter: info@migraene-klinik.de**

Motto Nr. 10

**Wer aufgibt,
hat schon verloren –
auch bei der Migräne!**

IMPRESSUM

Migräne- u. Kopfschmerzklinik Königstein
Ölmühlweg 31
D-61462 Königstein/Taunus
Telefon: 06174.2904-0
info@migraene-klinik.de
www.migraene-klinik.de
Redaktion: Barbara Schick
Marketing Team Schick
marketing-schick@gmx.de

