

Pressemitteilung

Schwäbische Post vom Samstag, 18. Juni 2016

Yoga gegen Schmerzen

Aktionstag gegen den Schmerz in der Virngrundklinik

Beim Informationsabend gegen den Schmerz in der St. Anna-Virngrund-Klinik erfuhren Betroffene und Interessierte Neues über Therapien bei chronischen Schmerzen.

Ellwangen. „Etwa 5000 bis 8000 Menschen in Ostwürttembergs leiden an schweren chronischen Schmerzen“, erklärte Dr. Edgar Bauderer, Leitender Oberarzt der Abteilung für Stationäre Schmerztherapie an der St. Anna-Virngrund-Klinik. Neben Schmerzen des Bewegungsapparates sind Kopfschmerzen und Migräne eine häufige Diagnose. Auch psychische Traumata können zu chronischen Schmerzen führen. Häufig hilft nur noch eine qualifizierte Schmerztherapie. „Das Behandlungsziel

der multimodalen Therapie ist die Verbesserung der Lebensqualität durch Veränderung der Schmerzwahrnehmung und -verarbeitung, Abbau von Hilflosigkeit, Angst und Depression sowie Erweiterung der sozialen Aktivitäten.“

Hierzu gehört auch Yoga. Neben der Bewegung steht die Entspannung im Mittelpunkt. „Nicht zuletzt schärfen Patienten das Gefühl für ihren Körper und werden sich dessen bewusster“, erläutert Dr. Brigitte Köder. Seit Februar 2016 unterstützt die Fachärztin für Anästhesiologie und Notfallmedizin das Team der St. Anna-Virngrund-Klinik Ellwangen. Yoga fördert das Zusammenspiel von Körper, Geist und Seele und ergänzt damit den ganzheitlichen Therapieansatz der Schmerztherapie.