

GESUNDHEITSTAG
7. MÄRZ 2020
IN THUN



SCHMERZ ALS SIGNAL

BEHANDLUNG UND BERATUNG VON CHRONISCHEN SCHMERZSYMPTOMEN

Schmerz ist eine unangenehme Sinnesempfindung und veranlasst uns zum Handeln. Das Referat zeigt auf, wie Schmerz entsteht und welchen Einfluss Stress auf das Schmerzempfinden hat. Bei chronischen Schmerzpatienten spielt das Gehirn eine zentrale Rolle bei der Schmerzunterhaltung. Entsprechend wichtig ist bei dieser Patientengruppe Aufklärung und die Wahrnehmung der Schmerzsignale. Was wollen mir die Signale mitteilen, wo leidet nicht nur mein Körper, sondern wo mischt sich auch meine psychosoziale Situation in die Schmerzwahrnehmung ein? Als Behandlung werden physiotherapeutische Massnahmen und das Erarbeiten von Bewältigungsstrategien vorgestellt. Die medikamentöse Behandlung wird nur am Rande gestreift.

REFERENT



Roland Burgener

Schmerztherapeut SGSS, Dipl. Physiotherapeut,
Lerncoach CAS

WORKSHOPS



Roland Burgener

Schmerztherapeut SGSS, Dipl. Physiotherapeut,
Lerncoach CAS

Im Workshop haben Sie die Möglichkeit einen Kurzdurchgang einer Behandlung und Beratung bei chronischen Schmerzzuständen live mitzuerleben. Ein bis zwei Teilnehmer mit chronischen Beschwerden dürfen sich als reales Beispiel zur Verfügung stellen oder alternativ wird ein fiktives Thema gewählt.



Faustina Kromah

Dipl. Bewegungspädagogin / Dipl. Masseurin

Entspannen trotz Schmerzen

Im 45minütigen Workshop führe ich Sie in zwei Entspannungsmethoden ein: Bodyscan und Posturale Muskelrelaxation (PMR) nach Jakobson. Beide Methoden werden auch in der Schmerztherapie angewendet. Anhand dieser spannenden und erprobten Techniken können Sie lernen, den Körper wahrzunehmen, Unangenehmes loszulassen und die vorhandenen Schmerzen auszublenden.

INFOS

Veranstaltungsort: Moosweg 5, 3645 Gwatt

Datum: Samstag, 7. März 2020, 9.30 – 16.30 Uhr

Kosten: CHF 80.– pro Person, CHF 130.– Ehepaare (an der Tageskasse)

Verpflegung: Selbstverpflegung, Getränke und Snacks sind erhältlich

Anmeldung: Bis 2. März auf www.ggzg.ch / Seminare & Kurse

Kontakt: info@ggzg.ch, +41 (0)33 334 73 73