

Offene Therapiegruppen

Akupunktur

Donnerstag 16:00 - 17:30 Uhr

8. Januar - 30. Juli 2026

Behandler: Dr. med. Franziska Porztky, Dr. med. Miriam Lindner,
Liang Chen

Betreuung: Frau Anastasiadou, Algesiologische Fachassistentin

Kunsttherapie

Mittwoch 17:30 - 19:30 Uhr

7. Januar - 29. Juli 2026

Kursleitung: Evi Faupel, Kunsttherapeutin

Meditation und Imagination

Dienstag 16:30 - 17:30 Uhr

13. Januar - 28. Juli 2026

Kursleitung: Prof. Dr. med. Johannes Wiedemann, Arzt
– **bitte aktuelle Mitteilungen (Internet/Aushang) beachten** –

Musiktherapie

Montag 17:00 - 18:00 Uhr

12. Januar - 27. Juli 2026

Kursleitung: Roxana Elena Föll, Musiktherapeutin MA

Qigong

Donnerstag 18:00 - 19:00 Uhr

8. Januar - 30. Juli 2026

Kursleitung: Dr. med. Claudia Wegener, Nikola Weigl

Rhythmik, Stimme und Bewegung

Dienstag 16:30 - 17:30 Uhr | 17:45 - 18:45 Uhr

13. Januar - 28. Juli 2026

Kursleitung: Angela Karoll, Rhythmikerin

Therapeutisches Schreiben

Montag 16:00 - 17:30 Uhr, 14-tägig

12. Januar - 20. Juli 2026

Kursleitung: Dr. med. Ulrike Brandl

In den Schulferien finden keine Kurse statt.

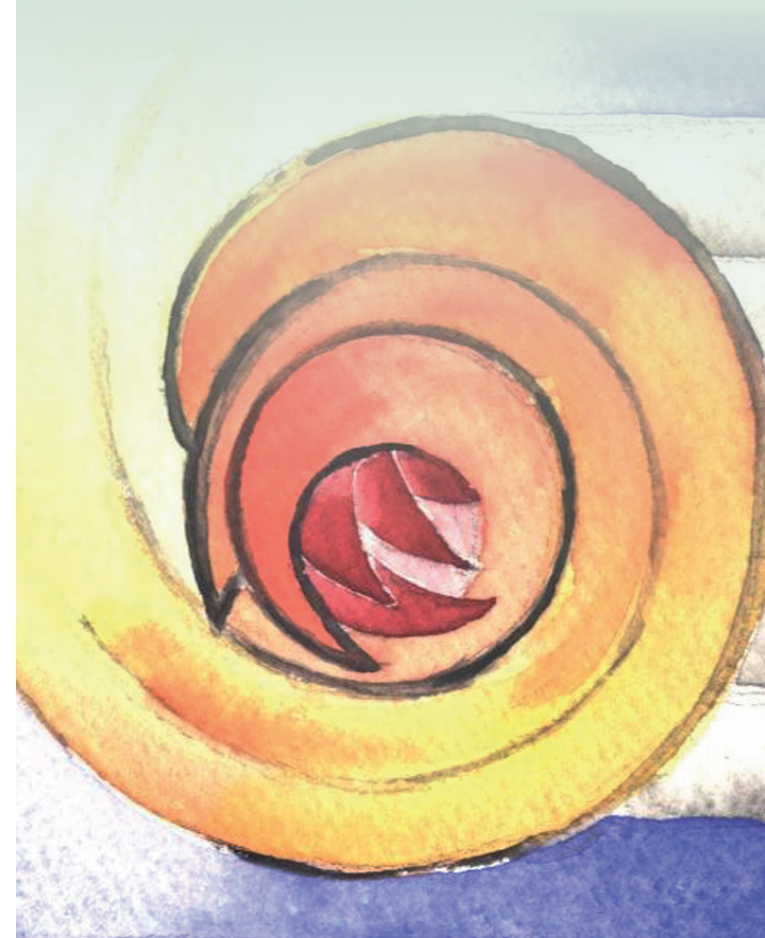
Vorträge für Patientinnen/Patienten und Angehörige

Dienstags, 14-tägig um 18:15 Uhr

10. Februar 2026	Chronische Schmerzen nachhaltig behandeln <i>Prof. Dr. med. Dominik Irnich</i>
24. Februar 2026	Hand- und Fußreflexzonenmassage – DIY <i>Jasmin Lang</i>
10. März 2026	Schwingung der Kohärenz – emotionale Selbstregulation und Schmerzreduktion <i>Roxana E. Föll</i>
24. März 2026	Mind-Body-Work – Alexander-Technik bei chronischen Schmerzen <i>Dr. Pia Honold</i>
28. April 2026	Gedankenhygiene – eine Einladung für mehr Bewusstheit mit unseren Gedanken <i>Angela Karoll-Kempf</i>
12. Mai 2026	Zielgerichtete Sensorik- und Motorik- Schulung gegen chronische Schmerzen <i>Diana Wies</i>
9. Juni 2026	Über den Körper die Seele berühren – neue Wege aus dem Schmerz durch Körpertherapie <i>Renate Neitzert</i>
23. Juni 2026	Besser schlafen ohne Medikamente <i>Ruth Oppitz</i>
7. Juli 2026	Komplementärmedizin bei Migräne – was sagt die Wissenschaft? <i>Dr. Petra Bäumler</i>

Münchener Naturheilkundliches Schmerzintensivprogramm (MNS) Interdisziplinäre Schmerzambulanz und Tagesklinik

Termine 1. Halbjahr 2026



Liebe Patientinnen und Patienten,

hiermit möchten wir Ihnen einen Überblick über die Termine der offenen Therapiegruppen, der zweiten Stufe des Münchner Naturheilkundlichen Schmerzintensiv-Programms (MNS), geben.

- Teilnehmen dürfen alle Patientinnen und Patienten, die
- an der ersten Stufe des MNS, d.h. an dem 2- bzw. 4-wöchigen multimodalen Schmerzintensivprogramm, teilgenommen haben,
 - Patientinnen und Patienten der Schmerzprogramme der Schmerzambulanz Großhadern (MüRiP, MPSP) und
 - Patientinnen und Patienten der Tagesklinik Fibromyalgie.

Die offene Gruppe „Therapeutisches Schreiben“ von Frau Dr. med. Ulrike Brandl ist für alle Patientinnen und Patienten der Schmerzambulanz offen – auch ohne MNS-Teilnahme.

Frau Angela Karoll bietet eine zweite offene Gruppe „Rhythmik, Stimme und Bewegung“ für diejenigen an, die erst später am Tag Zeit haben (Termine umseitig).

Unsere Auswertungen zeigen, dass insbesondere diejenigen Patientinnen und Patienten, die regelmäßig an den offenen Gruppen teilnehmen, den Therapieerfolg des Intensivprogramms stabilisieren und in vielen Fällen noch weiter verbessern können.

Mit dem Erwerb einer 10er-Karte zum Selbstkostenpreis können Sie an einer Gruppe teilnehmen.

Wir freuen uns sehr darauf, wenn Sie sich einer offenen Gruppe anschließen möchten. Sie sind herzlich willkommen, auch wenn Ihre Teilnahme am Programm schon eine Weile zurückliegt.

Dieser Flyer informiert Sie auch über Vorträge zu unterschiedlichen Themen der Schmerztherapie (dritte Stufe des MNS). Diese Vorträge sind offen für alle Interessierten und ihre Angehörigen.

Mit herzlichen Grüßen

Ihr Team der Schmerzambulanz

Schmerzintensivprogramm

Stufe 2 und 3

Stufe 2: Offene Therapiegruppen

Die Stufe 2 dient der Stabilisierung und Weiterführung der Therapie durch Teilnahme an unseren offenen Therapiegruppen.

Für wen sind die offenen Therapiegruppen gedacht?

Die offenen Therapiegruppen sind für alle Patientinnen und Patienten gedacht, die bereits an einem teilstationären Behandlungsprogramm einer der Schmerzambulanzen, Campus Innenstadt bzw. Großhadern, oder der Fibromyalgie-Tagesklinik der Physikalischen Medizin teilgenommen haben. Zum Erlernen der Methoden sollte eine regelmäßige Teilnahme angestrebt werden.

Die Therapeutinnen und Therapeuten haben eine langjährige Ausbildung und besitzen viel Erfahrung im Umgang mit Schmerzpatientinnen und -patienten.

Stufe 3: Langzeitbegleitung durch Vorträge und Selbsthilfegruppe

In der 3. Stufe werden Vorträge zu diversen Themen der Schmerztherapie in 14-tägigem Abstand angeboten.

Vorträge für Patientinnen und Patienten

Dienstag 18:15 - 19:15 Uhr

Themen und Termine siehe umseitiger Plan

Bitte teilen Sie uns auch Ihre Wünsche für Vortragsthemen mit.

Treffpunkt Schmerz – Selbsthilfegruppe

Dienstag 19:00 - 20:00 Uhr, 14-tägig

**Wir suchen zur Zeit eine neue Leitung der Selbsthilfegruppe.
Haben Sie Interesse? Sprechen Sie uns an!**

Kursort

Die offenen Gruppen finden in der Turnhalle der Poliklinik, Pettenkofenstr. 8 a, statt.

Die Vorträge und die Selbsthilfegruppe finden derzeit im Raum 312, 3. Stock, der Poliklinik statt.

Ausnahmen

Kunsttherapie findet im Raum 51 statt.

Meditation und Qigong finden im Raum 311 statt.

Kosten

60 € für 10 x 1 Stunde bzw. 5 x 2 Stunden

Akupunktur: 105 € für 10 x 1 Stunde

Therapeutisches Schreiben: 90 € für 10 x 1,5 Stunden

Den Einzahlungsbeleg bitte zur 1. Stunde mitbringen.

Bei Bedürftigkeit ist eine Unterstützung möglich.

Information und Anmeldung

Interdisziplinäre Schmerzambulanz und Tagesklinik

LMU Klinikum, Campus Innenstadt

Pettenkofenstr. 8 a

80336 München

Tel.: 089 4400-57508

Fax: 089 4400-57507

www.schmerzambulanz-muenchen.de

Bankverbindung

LMU Klinikum

Bayerische Landesbank

BIC: BYLADEMM

IBAN: DE26 7005 0000 0010 0200 40

Auf der Überweisung bitte angeben:

Prof. Dr. med. Irnich – Teilstationär – Finanzstelle 81168002

Leitung

Interdisziplinäre Schmerzambulanz und Tagesklinik

Campus Innenstadt

Leitung: Prof. Dr. med. D. Irnich, Dr. med. A. Winkelmann

Klinik für Anaesthesiologie

Direktor: Prof. Dr. med. B. Zwißler

Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie

Direktor: Prof. Dr. med. Boris Holzapfel

Muskuloskelettales Universitätszentrum München – MUM

Leitung: Prof. Dr. med. W. Böcker und

Prof. Dr. med. B. Holzapfel