

Termine

Ab 9. Oktober 2023

Immer montags, 14tägig,

16:00 - 17:30 Uhr

Einstieg jederzeit möglich nach Erstgespräch mit der Dozentin

Kursort

Interdisziplinäre Schmerzambulanz am

Campus Innenstadt

Pettenkoferstr. 8a, 80336 München

Raum 312

Kosten

90 € für 10 x 1,5 Stunden

Bankverbindung

Klinikum Großhadern Finanzverwaltung

Bayerische Landesbank

BIC: BYLADEMM

IBAN: DE26 7005 0000 0010 0200 40

Auf der Überweisung bitte angeben: Prot. Dr. Irnich –
teilstationär – Finanzstelle 81168002

Information und Anmeldung

Interdisziplinäre Schmerzambulanz und Tagesklinik

am Campus Innenstadt

Tel: 089 4400 57508

Fax: 089 4400 57506

Schmerzambulanz.Innenstadt@med.uni-muenchen.de

Leitung

Prof. Dr. med. D. Irnich

Dr. med. A. Winkelmann

Die interdisziplinäre Schmerzambulanz ist eine Einrichtung der
Klinik für Anästhesiologie (Direktor Prof. Dr. med. B. Zwißler)
und des Muskuloskelettalen Universitätszentrums München
– MUM (Leitung Prof. Dr. med. W. Böcker und Prof. Dr. med.
B. Holzapfel)

Therapeutisches Schreiben Interdisziplinäre Schmerzambulanz und Tagesklinik

Zwischen den Zeilen

... gibt es keine Grenzen

neu in der Schmerzambulanz

Sehr geehrte Patientinnen und Patienten,
während meiner über dreißigjährigen
Tätigkeit als Anästhesistin und Schmerztherapeutin hat
mich eine Frage ganz besonders umgetrieben:
Welche Verfahren gibt es, die es unseren Patient:innen
ermöglichen, besser und selbständiger mit ihren Schmerzen
umzugehen?

Vor meinem Ruhestand habe ich in eigener Praxis mit
einem multimodalen Therapiekonzept gearbeitet. Dazu
gehörten – neben der sogenannten Schulmedizin – Aku-
punktur, Entspannungsverfahren (PMR nach Jacobsen,
autogenes Training), medizinische Hypnose und nicht
zuletzt das Therapeutische Schreiben, ein Verfahren, das
insbesondere in englischsprachigen Ländern längst
erfolgreich auch als "Poesietherapie" angeboten wird.

Wichtig ist, dass es hier nicht etwa um literarische
Höchstleistungen geht, sondern einzig um Freude am
Gestalten, an Sprache und an der Person, die schreibt.



Ich freue mich auf Ihr Kommen!

Dr. Ulrike Brandl

Warum Schreiben?

Therapeutisches Schreiben kann Schmerzen lindern, denn
durch das Schreiben wird eine Distanz zum Leiden gewonnen
und neue Perspektiven können erarbeitet werden. Bestenfalls
können Patient:innen im Schmerz für sich einen Sinn entde-
cken oder sie stoßen unverhofft auf unbewusstes Material,
welches ihnen neue Perspektiven aufzeigt.

Mit dieser Technik haben Patient:innen die Möglichkeit, sich
in einem geschützten Rahmen mit ihrem Leiden zu befassen,
sich selbst auf die Spur zu kommen, neue Strategien zu ent-
wickeln und Erkenntnisse zu gewinnen. Sie bekommen ein
weiteres Instrument zur Bewältigung ihrer Schmerzen, ein
Instrument, welches einfach ist, ständig verfügbar, nicht kost-
spielig und das ihrer Selbstkontrolle unterliegt.

Die Patient:innen allein entscheiden, inwieweit sie sich auf ihre
Biographie einlassen wollen. Nebenwirkungen sind die Freude
an der Kreativität, insbesondere wenn sich der sogenannte
Flow einstellt, der sich wiederum positiv auf das körpereigene
Endocannabinoid-System auswirken kann und die Lust an der
Selbstwahrnehmung, die vorher vielleicht noch nie in dieser
Form stattgefunden hat.

Wer kann teilnehmen?

Für alle Patient:innen mit chronischen Schmerzen, nach
Untersuchung in der Schmerzambulanz.

Kursleitung

Dr. Ulrike Brandl studierte an der LMU Humanmedizin

- Ärztin für Anaesthesiologie und Intensivmedizin
- Ausbildung in medizinischer Hypnose
- Erwerb der Diplome A und B für Akupunktur
- Eigene schmerztherapeutische Praxis in Garmisch und München
- Schreibwerkstätte für therapeutisches Schreiben im Rahmen der Lindauer Psychotherapiewochen.