

Zurzacher Kopfschmerz Programm (ZKP)

Das Zurzacher Kopfschmerz Programm ist ein aus evidenzbasierten Elementen aufgebautes, auf chronischen Kopfschmerz spezialisiertes Rehabilitationsprogramm mit der Dauer von 2-3 Wochen, das meist bei Medikamenten-Übergebrauchs-Kopfschmerzen zum Einsatz kommt, aber auch für chronische Migräne ohne Medikamentenübergebrauch eingesetzt wird.

Dauer:

2-3 Wochen.

Zielgruppe:

Chronische Kopfschmerzpatienten

- Medikamentenübergebrauchskopfschmerzen
 - o nach erfolglosen Entzugsversuchen
 - o lange Krankheitsdauer und hohe Ausprägung
- Weitere chronische Kopfschmerzen
- Komorbiditäten wie Depression und Angst
- Negative Auswirkungen auf die Teilnahme am Leben durch Probleme
 - o in der Beziehung
 - o bei der Arbeit
 - o in der Elternrolle
 - o bei sozialen Kontakten

Behandlungselemente:

Ausgebaute Pharmakotherapie in Kombination mit einer Anzahl von Rehabilitationsmassnahmen, die aus wissenschaftlich untersuchten und für wirksam befundenen Elementen bestehen. Hierzu gehören:

- Physiotherapie
- Medizinische Massage
- Ausdauertraining
- Entspannungsverfahren
- Schmerzpsychologische Begleitung
- In Kombination damit kann auch Akupunktur durchgeführt werden

Die Zusammenstellung des Behandlungsprogrammes wird standardisiert begonnen und wird bei Bedarf und medizinischer Notwendigkeit individualisiert angepasst.

Ablauf:

Bei Medikamentenübergebrauchskopfschmerzen, unter denen über 90% unserer Patienten leiden, erfolgt in der Regel zunächst ein stationärer Entzug in einem Akutspital. Nach 5 Tagen treten die PatientInnen nach Bad Zurzach in das ZKP über und die eigentliche kopfschmerzspezialisierte Rehabilitation beginnt unter Betreuung von PD Gantenbein.

Ergebnisse:

Etwa 70% unserer Patienten kommen von einem täglichen Kopfschmerz auf unter 15 Kopfwehtage monatlich. Auch mit modernen bildgebenden Verfahren (voxel basierte Morphometrie, basierend auf MRI) konnten wir einen Effekt unserer Therapie zeigen. Das Programm besteht nunmehr seit 2011, ist ausgereift und auch die frühen Patienten scheinen bis heute zu profitieren.

PD Dr. med. A. Gantenbein
Chefarzt Neurologie
RehaClinic Bad Zurzach

Prof. Dr. med. P. Sandor
Ärztlicher Direktor Neurologie RehaClinic
Chefarzt ANR am Standort Kantonsspital Baden