



In der **Klinik für Neurologie** der Universitätsmedizin Göttingen wird eine klinische Studie durchgeführt, um die therapeutischen und mechanistischen Effekte einer **kombinierten** Behandlung mit **Achtsamkeitsmeditation** und **transkranieller (= durch den Schädel) Gleichstromstimulation** bei **Patienten/innen** mit Fibromyalgie zu untersuchen.

Ziel der Studie ist es, die derzeitigen **Behandlungsmethoden zu optimieren**, um die Schmerzen und Symptome dieser Erkrankung zu lindern.

Die Gesamtdauer der Studie beträgt ungefähr **22 Wochen** und beinhaltet **14 Besuche in der Klinik**. Wenn Sie die Stimulation zu Hause erhalten möchten, müssen Sie 5 Mal in die Klinik kommen.

Die Stimulation, das Stimulationstraining und das Meditationstraining werden in der o.g. Klinik von Spezialisten durchgeführt.

WEN SUCHEN WIR ?

Wir suchen **Patienten/innen**, die zwischen **30 und 75** Jahre alt sind und bei denen ein **Fibromyalgiesyndrom** diagnostiziert wurde.

SIE HABEN INTERESSE ODER NOCH OFFENE FRAGEN ?

Dann melden Sie sich bitte zur Terminvereinbarung oder für weitere Informationen zur Behandlung per E-Mail an:

neurologie.nbs-studie@med.uni-goettingen.de

oder telefonisch unter:

0551 39 68474

(montags und donnerstags
von 10:00 bis 12:00)

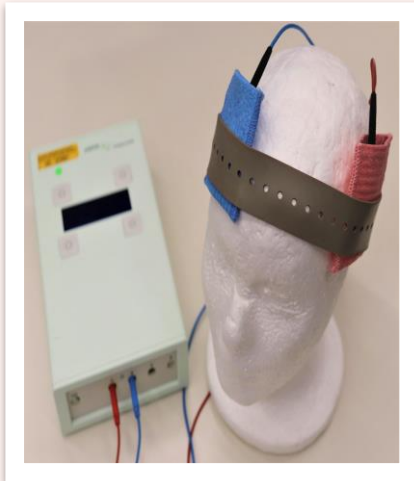
KOMBINATION VON ACHTSAMKEITS-MEDITATION UND ELEKTRISCHER STIMULATION ZUR BEHANDLUNG VON FIBROMYALGIE



WAS IST ELEKTRISCHE STIMULATION?

Bei der **elektrischen Stimulation** handelt es sich um eine Methode der **Neuromodulation**. Es ist eine **nicht-invasive** und **nebenwirkungsarme** neurophysiologische Behandlungsweise, bei der mit Hilfe von elektrischen Strömen geringer Intensität Bereiche des Gehirns stimuliert oder auch gehemmt werden können. Diese Ströme werden durch außen am Kopf angebrachte Elektroden appliziert.

Mit dieser Stimulation wird die **Kommunikation zwischen Nervenzellen und verschiedenen Gehirnstrukturen verbessert**.



Seit 2010 wird die Stimulation auch für experimentell-therapeutische Zwecke eingesetzt. Es wurde in vielen Studien renommierter Universitäten (u.a. in Göttingen) gezeigt, dass sich bei der **Behandlung neurologischer Erkrankungen** wie dem **Fibromyalgiesyndrom** und anderer **chronischer Schmerzzustände** erstaunliche Erfolge erzielen lassen.

Bei einmaliger Anwendung lassen die Effekte rasch nach, findet die Stimulation jedoch mehrmals hintereinander statt, so lassen sich, **bereits nach 10 Sitzungen**, positive Effekte beobachten, welche länger anhalten. Wir wollen testen, ob diese Wirkung durch die Kombination mit einem anderen therapeutischen Verfahren, der **Achtsamkeitsmeditation**, verstärkt und gefestigt werden könnte.

Es ist auch möglich, die 10 Sitzungen bei Ihnen **zu Hause** durchzuführen. Vor Beginn der Therapie in der Klinik erhalten Sie eine Schulung zur Verwendung des Stimulators und zum Anbringen der Elektroden.

GIBT ES NEBENWIRKUNGEN?

Einer der großen Vorzüge der Stimulation ist, dass im Gegensatz zu der medikamentösen Therapie, nur **sehr selten, wenn überhaupt, Nebenwirkungen** (z.B. leichte Kopfschmerzen) auftreten, die nach kurzer Zeit ohne Gegenmaßnahmen wieder abklingen.

WAS IST ACHTSAMKEITS-MEDITATION?

Die **Achtsamkeitsmeditation** ist eine kognitive Trainingstechnik, bei der der Übende sich selbst trainiert, seine Aufmerksamkeit auf ein Objekt oder eine Wahrnehmung, z.B. den Atem, zu richten. Frühere Studien haben gezeigt, dass regelmäßiges Praktizieren der **Achtsamkeitsmeditation** die **Intensität** und **Unannehmlichkeit von Schmerzen** beim **Fibromyalgiesyndrom** verringert. Die Studienteilnehmer erhalten einen Monat lang ein Achtsamkeitstraining, das Meditation, achtsame Aktivitäten und Psychoedukation umfasst. Die Teilnehmer können die Achtsamkeitsübungen, die sie während der Studie erlernen, später **in ihrem täglichen Leben integrieren**.

