

Mitwirkende

Karl-Jürgen Bär, Prof. Dr. med., Klinik für Psychosomatik und Psychotherapie, Universitätsklinikum Jena

Claus Derra, Dr. med. Dipl.-Psych., Berlin

Anke Diezemann-Prößdorf, Dr. Dipl.-Psych., DRK Schmerz-Zentrum Mainz

Beate Gruner, Dr. med., Psychosomatische Praxis, Weimar

Bernd Kappis, Dipl.-Psych., Klinik für Anästhesiologie, Universitätsmedizin Mainz

Jürgen Knieling, Dr. med., Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, RKH-Krankenhaus Bietigheim-Vaihingen

Beate Kürz-Weis, Physiotherapeutin, Klinik Kinzigtal, Gengenbach

Hanna Kysely, Dipl.-Rel. päd., Physiotherapeutin, Integrative Bewegungstherapeutin, Parklandklinik, Bad Wildungen

Frank Petzke, Prof. Dr. med., Schmerz-Tagesklinik und -Ambulanz, Uniklinik Göttingen

Tanja-Maria Radzuweit, Diplom-Oecotrophologin, Berlin

Ralf Schesser, Physiotherapeut, m+i Fachklinik Enzenberg, Hopfen am See

Michael Schuster, Dr. med., Klinik für Anästhesiologie, Universitätsmedizin Mainz

Eva-Maria Skoda, Prof. Dr. med., Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, LVR-Universitätsklinik Essen

Christiane Solbach, Deutsche Rheuma-Liga, Landesverband Rheinland-Pfalz e.V.

Reinhard Thoma, Dr. med., Algesiologikum, München

Martin von Wachter, Dr. med., Klinik für Psychosomatik, Ostalb-Klinikum Aalen

Veranstalterin

Interdisziplinäre Gesellschaft für Psychosomatische Schmerztherapie (IGPS)

Tagungsort

Tagungszentrum Erbacher Hof
Greibenstr. 24-26, 55116 Mainz
Telefon 06131 257-0
www.ebh-mainz.de

Datum

13. und 14.10.2023

Anmeldung

IGPS Geschäftsstelle
c/o Sascha Hellendahl
Friedrichstraße 218, 10969 Berlin
Fax: 030 - 138 825 316
E-Mail: info@igps-schmerz.de

Teilnahmegebühr

	regulär	ermäßigt**
beide Tage	€ 230.-	€ 160.-
<i>Frühbuche</i> *	€ 190.-	€ 140.-
Tageskarte	€ 130.-	€ 100.-
Workshop	€ 30.-	€ 30.-

* bis 31.08.2023, es gilt das Datum der Überweisung

** Ermäßigung gegen Nachweis für IGPS-Mitglieder, Physiotherapeuten, Pflegepersonen, PiA, Studierende.

Bankverbindung

Empfänger: IGPS
Institut: Postbank Dortmund
IBAN: DE85 4401 0046 0014 3634 69
BIC: PBNKDEFF
Kennwort: Jahrestagung 2023

Zertifizierung beantragt!

Transparenzgebot

Wir sichern zu, dass die Inhalte der Jahrestagung produkt- und dienstleistungsneutral gestaltet sind. Interessenskonflikte des Veranstalters, der wissenschaftlichen Leitung und der Mitwirkenden bestehen nicht.

Anmeldeformular unter: www.igps-schmerz.de

Interdisziplinäre Gesellschaft für Psychosomatische Schmerztherapie

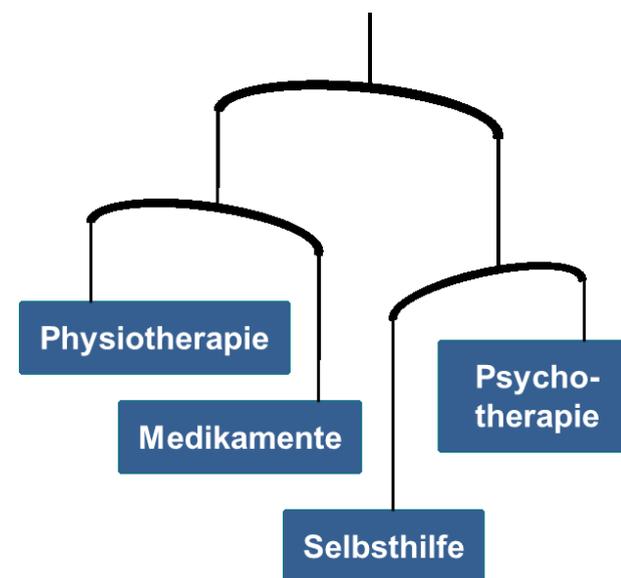


17. Jahrestagung

13. und 14. Oktober 2023 in Mainz

Gibt es ein Zuviel des Guten?

Über die richtige Dosis und Mischung
in der Schmerztherapie



Willkommen!

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

in diesem Jahr haben wir uns als Thema der Jahrestagung „Gibt es ein Zuviel des Guten?“ gegeben.

Das Tagungsthema soll uns anregen, über die Balance der verschiedenen Behandlungsoptionen für Menschen mit chronischen Schmerzen nachzudenken. „Mehr desselben“ führt nicht immer zu einem besseren Ergebnis. Und umgekehrt wird manches „Gute“ aus unterschiedlichen Gründen gar nicht eingesetzt. Oder manch anderes „Gutes“ kann erst in Kombination mit etwas Drittem richtig wirken.

Thematisch haben wir die Tagung in die vier Blöcke *Medikation und Ernährung*, *Körperorientierte Therapien*, *Psychotherapie* und *Netzwerke und Kooperationen* eingeteilt. Ergänzt wird das Programm durch einen fünften integrativen Themenblock. Die Workshops am Freitagvormittag greifen die Themen der Vorträge praxisorientiert auf.

„Zuviel des Guten“ möchten wir positiv ausrichten und in gar keinem Fall unterschiedliche Ansätze miteinander konkurrieren lassen, denn eines lehrt uns die tägliche Praxis: Je besser wir unterschiedliche Professionen in die Behandlung von chronischen Schmerzen einbeziehen, umso wirkungsvoller kann unsere Therapie am Ende werden.

Ganz herzlich möchten wir Sie in den Erbacher Hof in Mainz einladen.

Ihr
Karl-Jürgen Bär
Im Namen des Vorstandes

Programm

Freitag, 13.10.2023

10:30	bis 12:00 Workshops, gesond. Anmeldung!
W1	Schmerzen akzeptieren - wann ist ACT sinnvoll? (Diezemann-Prößdorf)
W2	Ernährung bei chronischen SchmerzpatientInnen - vom Wissen zum sinnlichen Erleben (Radzuweit)
W3	Reicht es, zufrieden zu sein? (Kysely)
W4	Ressourcen erkennen und fördern (v. Wachter)

12:00 **Ankommen, Registrierung und Imbiss**

13:00 **Eröffnung und Begrüßung**
Karl-Jürgen Bär

Medikamente und Ernährung

13:15 **Schmerzmittel – nur eine Frage der Dosis?**
Schuster

14:00 **Cannabinoide in der Schmerzmedizin**
Petzke

14:45 **Ernährung und chronischer Schmerz**
Radzuweit

15:30 ☞ Kaffeepause ☞

Körperorientierte Therapie

16:00 **Individualisierte Physiotherapie – die Mischung macht's**
Schesser

16:45 **Long/Post-COVID: Von der Somatopsychie zur Psychosomatik**
Skoda

17:30 **Entspannungsverfahren bei Schmerz**
Derra

18:15 ☞ Pause / Ende des ersten Tages ☞

18:30 **Mitgliederversammlung der IGPS**

Samstag, 14.10.2023

08:30	bis 08:50 Morgendliche Einstimmung Beate Kürz-Weis
-------	--

Psychotherapie

09:00 **Akzeptanz und Commitment-Therapie ACT**
Diezemann-Prößdorf

09:45 **Wieviel Körper braucht die Psychotherapie?**
Knieling

10:30 ☞ Kaffeepause ☞

Netzwerke und Kooperationen

11:00 **Die Rolle der Selbsthilfe in der Versorgung - mehr als ein Jammerclub!**
Solbach

11:45 **Was bringen Schmerzkonferenzen?**
Kappis/Derra

12:30 ☞ Mittagspause ☞

Integration der Themen

13:30 **Interdisziplinäres Assessment**
Gruner

14:00 **Gesundheitsreform 2023: Auswirkungen auf die interdisziplinäre multimodale Schmerztherapie**
Thoma

14:45 **Abschlussdiskussion**

15:00 **Zusammenfassung der Tagung, Schlusswort**
Karl-Jürgen Bär

15:15 Ende der Veranstaltung

Kurzbeschreibung der Workshops IGPS Jahrestagung 2023

Die Workshops finden statt am Freitag, 13.10.2023
von 10:30 bis 12:00 Uhr (= 90 Minuten)

W1 Anke Diezemann-Prößdorf

Schmerzen akzeptieren - wann ist ACT sinnvoll?

Viele Patienten kommen mit dem Wunsch in die Therapie, dass ihre Beschwerden und das damit verbundene Leiden verschwinden mögen. In diesem Zusammenhang kann mit dem Patienten gemeinsam sein bisheriger Umgang mit dem Schmerz beleuchtet werden. Wann erscheint ein assimilativer (z.B. Zielverfolgung zur Schmerzlinderung) oder wann ein akkommodativer (flexibler, akzeptierender) Umgang mit der Erkrankung hilfreich, so dass auch langfristig eine Steigerung des Wohlbefindens und ein werteorientierte Leben ermöglicht wird? Welche Strategien der ACT kommen dabei zum Einsatz?

W2 Tanja-Maria Radzuweit

Ernährung bei chronischen SchmerzpatientInnen - vom Wissen zum sinnlichen Erleben

Ernährung ist vielschichtig. Unser Stoffwechsel braucht gute Baustoffe, die Entzündungsreaktionen abpuffern. Unsere Sinne brauchen Erfahrung und Genuss. Beides im Rhythmus kann Schmerzen entgegenwirken und ein Gefühl der physischen und geistig-seelischen Sättigung unterstützen. Im Workshop wird beides bildhaft und sinnlich vermittelt.

W3 Hanna Kysely

Reicht es, zufrieden zu sein?

Frau A. lässt sich in der Physiopraxis erneut eine weitere Übung gegen Ihre Beschwerden der unteren WS zeigen. Sie klagte darüber, dass sie durch die Übungen sehr gestresst, angestrengt sei. Nach intensiven Nachfragen der Therapeutin erklärt sie, dass sie ihre Übungen aus Yoga, von vorherigen physiotherapeutischen Behandlungen usw., täglich mit einem Zeitaufwand von 1,5 Stunden schmerzunabhängig wiederholt. Gefragt, was ihr denn Freude macht: Tanzen. Sie hatte vor vielen Jahren ein Tanzstipendium im Ausland ausgeschlagen, weil ihr dies zu unsicher erschien. Mit dem neuen Vorschlag nur noch zu tanzen und die Übungen nur bei tatsächlichen Beschwerden zu machen, ging es ihr wesentlich besser. Im Zeitalter der Selbstoptimierung, geraten die Bedürfnisse und deren Befriedigung nicht selten aus der Balance. Der Workshop beinhaltet Ansätze aus der Integrativen Bewegungstherapie, Umgang mit Grenzen, praktischen Übungen zur Selbstfürsorge/ Psychohygiene.

W4 Martin v. Wachter

Ressourcen erkennen und fördern

Wie eine konsequent an der Ressourcen orientierte Behandlung von Beginn an in Klinik oder Praxis aussehen kann, wird an vielen Praxisbeispielen und Ressourcenübungen gezeigt. Sowohl die kognitive als auch die emotionale und die körperliche Dimension wird dabei explizit zur Ressourcenaktivierung genutzt. Im Seminar wird die praktische Arbeit mit Arbeitsblättern und Übungen vorgestellt, die sich unmittelbar für die praktische Umsetzung eignen.