

Ziehen wir nicht alle am gleichen Strang?

Dieses Jahr war, wie alle zwei Jahre im März, die Leipziger „therapie“ Messe. Viele Aussteller mit interessanten Themen waren vertreten, genauso wie ausgewählte Selbsthilfegruppen.

Ihnen ist bekannt, dass wir in den letzten Jahren immer präsent waren und Neuheiten für sie gesucht haben. Dieses Jahr war DAS ein sehr interessantes Thema:

Neurofeedback:

Wie funktioniert das und was ist das?

Neurofeedback wurde vor über 30 Jahren an der Universität von Kalifornien in Los Angeles bei Versuchen mit Katzen entdeckt. Seitdem versucht eine ständig wachsende Gemeinde von Forschern, Therapeuten und Entwicklern, Geräte, Software und Therapieverfahren zu entwickeln und am Markt zu etablieren.

Wir schätzen, dass es heute bereits an die zehntausend Neurofeedback-Therapeuten gibt, wovon ca. 90% auf die USA entfallen. Nach dem Raum Los Angeles hat die Schweiz, bezogen vor allem auf den europäischen Erdteil wahrscheinlich die größte Neurofeedback-Therapeutendichte.

Neurofeedback ist nach wie vor nicht wirklich in der Schulmedizin anerkannt und Behandlungen werden in der Regel von den Krankenkassen nicht bezahlt. Trotzdem erfährt Neurofeedback gerade in den letzten Jahren eine rasante Weiterentwicklung. Einerseits scheint die Nachfrage nach therapeutischen Leistungen massiv zuzunehmen (ist ja auch kein Wunder - benötigt unsere Gesellschaft doch immer mehr 'funktionierende' Gehirne);

Andererseits ist die dafür notwendige leistungsstarke Technologie in den letzten Jahren preisgünstig verfügbar geworden.

So ist heute eine komplette Neurofeedbackausrüstung, die sogar die Zulassung als Medizinprodukt hat, für unter 3000 Euro zu haben. Außerdem stehen den Therapeuten heute gute Ausbildungsmöglichkeiten sowie erprobte und strukturiert nachvollziehbare Therapieverfahren zur Verfügung.

Neurofeedback ist eine computergestützte Trainingsmethode, bei der dem Patienten ausgewählte Parameter der eigenen Gehirnaktivität, über die man für gewöhnlich keine Wahrnehmung hat, wahrnehmbar gemacht werden. Dafür bekommt das Gehirn über Monitor und Lautsprecher gespiegelt, was es gerade tut (Feedback).

Durch diese Rückmeldung lernen die Patienten ihre Gehirnaktivität selbst besser zu regulieren. Viele Krankheiten, Störungen oder ungewollte Verhaltensmuster sind auf Fehlregulierung der Gehirnaktivität zurückzuführen. Mit Neurofeedback können Patienten lernen, diese Fehlregulationen besser auszugleichen und zu mehr Funktionsfähigkeit zu finden.

Feedback

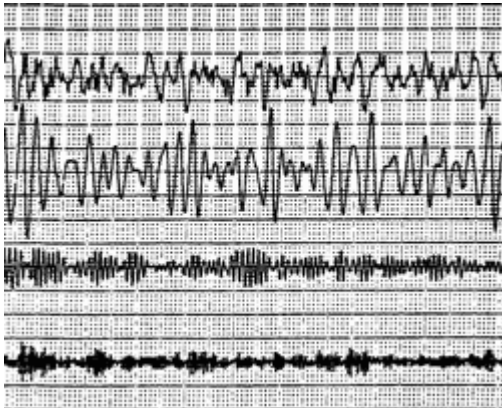
Menschen können fast alles erlernen. Voraussetzung ist aber, dass eine Rückkopplung (= Feedback) zwischen dem Gewollten und dem Erreichten besteht. Wir könnten nicht Fahrrad fahren lernen, wenn wir eine Schräglage nicht spüren könnten.

Die meisten Funktionen in unserem Körper und Geist hingegen können wir nicht direkt wahrnehmen und auch nicht bewusst beeinflussen, sie werden praktisch automatisch gesteuert. Wenn nun eine solche Funktion nicht mehr richtig mag oder gar ganz ausfällt, gibt es kaum eine Möglichkeit, diese zu trainieren, weil ja kein direkter Einfluss vorhanden ist. Hier kommt "Bio-Feedback" zur Anwendung.

Mit Biofeedback wird die zu trainierende Größe mit geeigneten Geräten gemessen und den zur Verfügung stehenden Sinnen 'gezeigt'. In der Regel werden optische oder akustische Feedbacksignale verwendet.

Beispiel Inkontinenz:

Wenn der Schließmuskel nicht mehr so richtig funktionieren will, kann er kaum direkt zum besseren Arbeiten motiviert werden, weil er nicht gespürt wird. Die Funktion kann aber mit einer Sonde gemessen werden (Bio-) und dem Patienten gezeigt werden (-Feedback). Dieses einfache Verfahren ermöglicht dann das direkte Training des Muskels.



Neuro...

Das gleiche gilt für unser Gehirn und heißt dort Neurofeedback. Wir können praktisch keine der vielen Funktionen wirklich direkt spüren oder beeinflussen. Eine Depression ist da oder nicht da, sie direkt beeinflussen ist nicht wirklich möglich. Hier kann nun Biofeedback in Form von Neurofeedback zum Einsatz kommen. Eine sehr direkte und gleichzeitig sehr einfache Methode, etwas über die Vorgänge im Gehirn zu erfahren, ist die Messung der Gehirnströme, das EEG (ElektroEnzephaloGramm).

Obwohl das Aufnehmen der millionstel-Volt großen Gehirnssignale auf der Kopfoberfläche zu vergleichen ist mit einem Mikrophon, das man an der Außenseite eines großen Bürogebäudes anbringt, ist die Information, die man so erhält, ausreichend, um das Gehirn oder Teile davon in einen Biofeedback-Kreislauf zu bringen und zu trainieren.

Beispiel Aufmerksamkeit:

Wer in der Schule nicht aufpasst, bekommt das früher oder später zu hören oder zu spüren. Leider immer viel zu spät. Im EEG können kurze Phasen der Unaufmerksamkeit sofort detektiert und zurückgemeldet werden. Bis zu 2000 mal in einer Neurofeedback-Trainingssitzung. Über die Zeit soll das Gehirn lernen, den aufmerksamen Zustand zu halten.

Ziel des Neurofeedback-Trainings ist, dass das Gehirn lernt, einen angemessenen Zustand einzunehmen und diesen auch halten zu können. Wir sagen auch, mit Neurofeedback soll die Selbstregulierungsfähigkeit des Gehirns verbessert werden. Und nochmals zu dem Bürogebäude: Wenn der Chef der tausend Leute, die darin arbeiten, sich beklagt, dass es in dem Büro einfach zu laut zugeht, alle nur herumschreien und trampeln, könnte man ja mit eben dem Mikrophon an der Außenseite messen, wie laut es gerade ist und immer dann, wenn es mal gerade leiser ist, schöne Musik in die Lautsprecheranlage des Gebäudes einspeisen. Mit der Zeit würden sich alle ans leiser sein gewöhnen und diesen Zustand auch nach Abschluss des Trainings aufrechterhalten.

Abschließend sollten mir noch ein paar persönliche Gedanken erlaubt sein.

Wie gesagt es waren mehrere Selbsthilfegruppen vor Ort.

Auch wir hatten uns angestrengt GBS bekannter zu machen.

Aus der Rückmeldung des Messe-Organisations-Managements, war uns bekannt, dass die GBS Initiative vor Ort einen Stand habe und wir doch sicherlich zusammen eine Ausstellungsfläche nutzen könnten, da wir doch in der gleichen Richtung arbeiten.

Gesagt getan, wir riefen den Verantwortlichen der GBS-Initiative, Landesverband Sachsen, Herrn Hartmann an und nach einer Bedenkzeit von einigen Tagen wurde uns mitgeteilt, dass leider für zwei Leute mehr (eben für Frau Funk und mich) kein Platz mehr am Stand sei.

Man beachte eine Aktionsfläche von 12qm und mehr.

Wir berieten uns und zogen unsere Konsequenzen daraus. Frau Funk und ich besuchten die Messe täglich für den ganzen Tag und übergaben an den Ständen und auch an

interessierte Messebesucher Informationsmaterial zum Guillain-Barré-Syndrom, zu unserem Verband und den Zielen unserer Stiftung.

Am ersten Tag gingen wir zu dem Stand der GBS-Initiative und wollten uns beraten lassen. Leider konnte die dortige Dame nicht weiterhelfen, da sie ja nix über GBS wisse und ja lediglich nur Ihr Mann erkrankt sei. Schade für den Mann, dass sich seine Frau nicht mit dessen Krankheit auseinandersetzt.

Des weiteren gab ich mich wahrheitsgemäß als Therapeutin mit GBS Patienten im Klientel aus und wollte Auskünfte. So wollte ich wissen, wie ich einen Patienten beraten kann, der von seiner Ärztin eine Gripeschutzimpfung empfohlen bekam. Die Antwort, er müsse dies doch seinen Arzt fragen oder Jemand der sich damit auskenne. JA aber genau deswegen war ich doch an diesem Stand.

Die zweite Dame an dem Stand (mehr waren nicht zugegen, offensichtlich haben die 12 qm nicht für mehr Leute gereicht) hielt sich bedeckt im Hintergrund.

Auf die Frage wo man sich denn hinwenden kann bei Unklarheiten, wurde mir eine Mitgliedschaft angeboten. Wenn ich im Verein wäre, würde mir umfassend Auskunft gegeben. Auf die Frage „Welche?“ gab es wieder keine Antwort.

Abschließend wollte ich noch wissen was ich einem Patient, der gerade in Reha liegt, empfehlen kann an Therapien und Hilfsmitteln oder anderweitigen Unterstützungen. Die Antwort: „Das machen die doch alles in der Reha“ - unkommentiert.

Schade, dass ich so viel wissen wollte und mir so wenig geholfen werden konnte.

Vielleicht wären wir ja doch eine passende Unterstützung und kein ausschließlicher Störfaktor gewesen – auch in Bezug auf die Kosten hätte es sich für die GBS-Initiative sicherlich besser gerechnet, immerhin kostet so ein Stand bei der „therapie“ in Leipzig 390,-€ aufwärts. Ziehen wir nicht Alle am gleichen Strang?