



## Klinik Oberammergau

Anschrift: Hubertusstr. 40 · 82487 Oberammergau  
 Telefon: +49 (0) 8822 914-0 Telefax: +49 (0) 8822 914-222  
 E-Mail: [info@klinik-oberammergau.de](mailto:info@klinik-oberammergau.de)  
 Internet: [www.klinik-oberammergau.de](http://www.klinik-oberammergau.de) · [www.wz-kliniken.de](http://www.wz-kliniken.de)

## Klinik Oberammergau

Zentrum für Rheumatologie, Orthopädie  
 und Schmerztherapie

### Unser Behandlungskonzept

■ ... basiert auf einer ganzheitlichen, fachübergreifenden Therapie. ■

### Unser Behandlungsziel

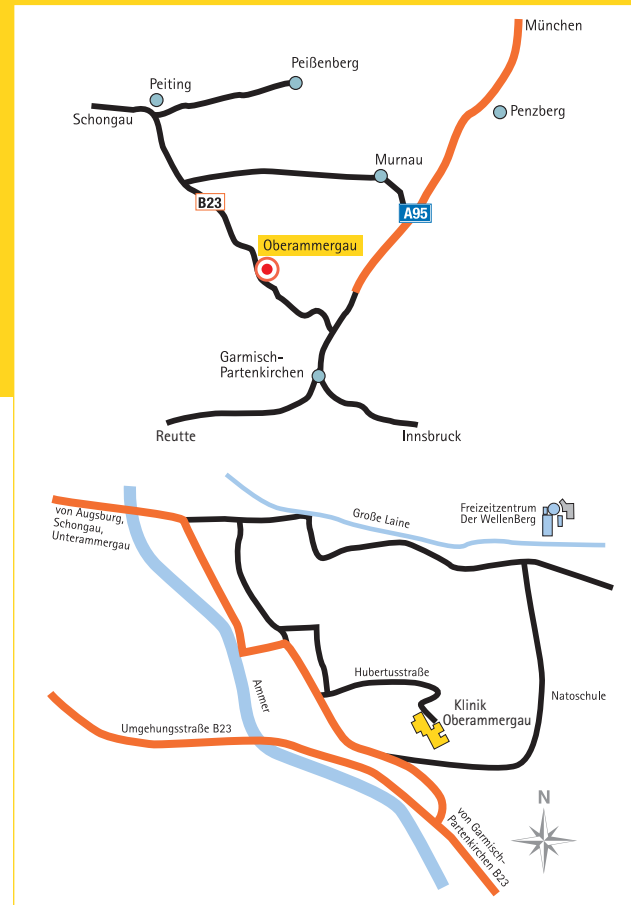
■ Das Fibromyalgie-Syndrom ist eine chronische Erkrankung. Eine Heilung ist derzeit noch nicht möglich. Durch eine intensive physikalisch-kranken-gymnastische, psychologische, sporttherapeutische und medikamentöse Therapie kann jedoch in den meisten Fällen eine deutliche Linderung der Beschwerden erzielt werden. ■

### Medizinische Verantwortung

Chefarzt Dr. med. Diethard Kaufmann  
 Facharzt für Innere Medizin und Rheumatologie  
 Osteologe DVO, Diabetologe DDG  
 Chirotherapie, Naturheilverfahren

Anmeldung zur Privatambulanz  
 Telefon: +49 (0) 8822 914-265

Anmeldung zur Kassenärztlichen Ambulanz  
 Leitender Oberarzt  
 Dr. med. Reinhard Hollatz  
 Facharzt für Innere Medizin und Rheumatologie  
 Telefon: +49 (0) 8822 914-265



**Fibromyalgiesyndrom**  
 Integratives Behandlungskonzept



## Was bedeutet das Fibromyalgie-Syndrom?

■ Das Fibromyalgie-Syndrom (FMS) ist eine chronische, nicht-entzündliche Schmerzerkrankung mit anhaltenden Schmerzen in vielen Körperregionen. Insgesamt sind rund 1–3% der Bevölkerung davon betroffen, zu 90% Frauen in den mittleren Lebensjahren, seltener Männer, Kinder und Jugendliche. ■

## Welche Beschwerden und Symptome können auftreten?

■ Betroffene berichten über bereits länger bestehende Schmerzen, vorwiegend im Bereich der Muskulatur, Sehnenansätze und auch Gelenke, die meist nahezu den gesamten Bewegungsapparat betreffen. Ganz besonders ausgeprägt sind die Schmerzen an den Sehnen-Muskel-Übergängen. Diese besonders schmerzempfindlichen Areale werden „Tender points“ genannt. Häufig treten auch zahlreiche Begleitsymptome in unterschiedlicher Intensität und Kombination auf:

- Schlafstörungen (schlechtes Ein- und Durchschlafen)
- Depressive Stimmung, Niedergeschlagenheit
- Müdigkeit, Abgeschlagenheit, Reizbarkeit
- Verminderte Leistungsfähigkeit, Konzentrationschwäche, Schwindelgefühl
- Migräneartige Kopfschmerzen
- Funktionelle Beschwerden im Bereich des Magen-/Darmtraktes und des Herz-/Kreislaufsystems ohne organische Ursachen

Die Beschwerden werden oft durch körperliche und seelische Belastungen oder durch Wetterwechsel verstärkt. ■

## Diagnose des Fibromyalgie-Syndroms

■ Beim Fibromyalgie-Syndrom handelt es sich um eine nicht-entzündliche Erkrankung. Laborwerte und Röntgenaufnahmen zeigen keine Veränderungen, auch treten keine bleibenden Änderungen am Bewegungsapparat oder an den Organen auf. Die Diagnose wird aufgrund der bestehenden Schmerzen sowie anhand der typischen Begleitsymptome gestellt. ■

## Wie kann man das Fibromyalgie-Syndrom behandeln?

### ■ Medizinische Therapie

Nach der Diagnosebestätigung erfolgt eine umfangreiche Aufklärung über das Krankheitsbild im Rahmen der ärztlichen Untersuchung, in Einzelgesprächen, in Visiten und Patientenschulungen. Durch die betreuenden Ärzte wird ein individueller Therapieplan erstellt. Bei entsprechender Notwendigkeit erfolgt die Einstellung auf eine medikamentöse Therapie. Nach Beratung des Patienten können schlafanbahnende und schmerzdistanzierende Substanzen sowie Präparate zur Beeinflussung eines gestörten Serotoninstoffwechsels unter Kontrolle der Wirksamkeit und Verträglichkeit eingesetzt werden.

### Psychologische Therapie

Unter psychologischer Anleitung werden unsere Patienten mit Schmerzbewältigungs- und Entspannungstechniken vertraut gemacht, die ihnen helfen können, besser als bisher mit ihren Schmerzen umzugehen. Das Erlernen der Progressiven Muskelentspannung nach Jacobson ermöglicht es, erhöhte Muskelspannung sowie Aktivitäten auf ein gesundes Maß herunterzufahren. Hierdurch können auch eventuell bestehende Schlafstörungen positiv beeinflusst werden.

### Bewegungstherapie

Ein stressfreies, krankengymnastisches und sporttherapeutisches Übungsprogramm ist eine wichtige Grundlage unseres Therapiekonzepts. Inhalte sind Übungen zur Verbesserung aller motorischen Fähigkeiten sowie Übungen aus dem Bereich der Körperwahrnehmung (Qigong, Bogenschießen). Ein individuell dosiertes Ausdauertraining (Walking, Radfahren) verbessert zusätzlich den allgemeinen Gesundheitszustand und wirkt sich günstig auch auf das Schmerzempfinden aus.

### Physikalische Therapie

Individuell verordnet werden Wärme- oder auch Kälteanwendungen.

### Ergotherapie

Die Ergotherapie will durch Anregung von Phantasie und Kreativität die schöpferische Seite unserer Patienten fördern und dadurch ihre Lebensfreude erhöhen. ■