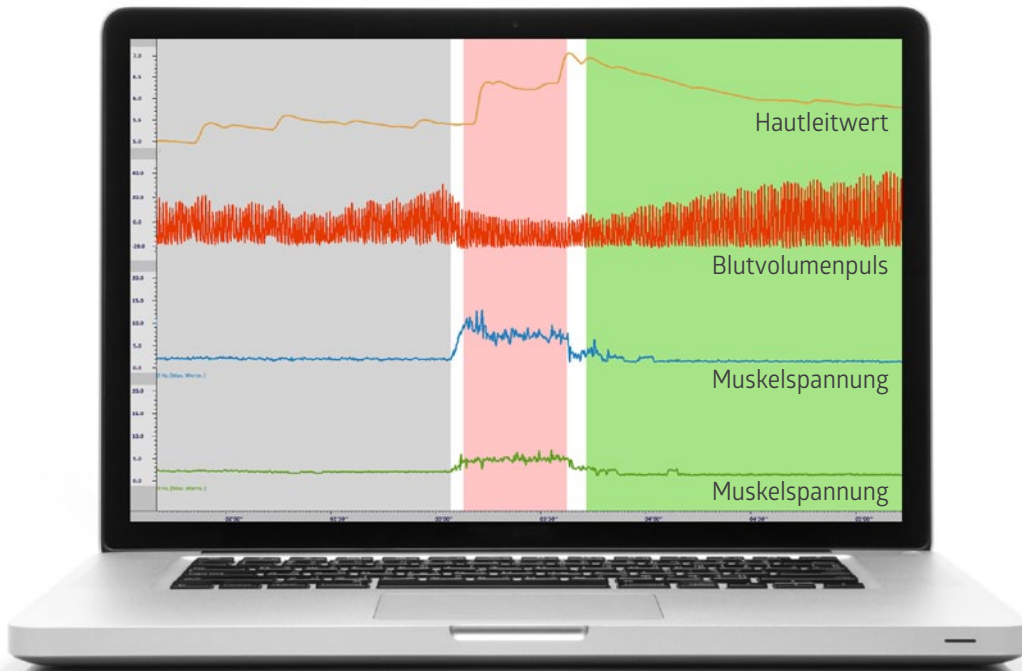
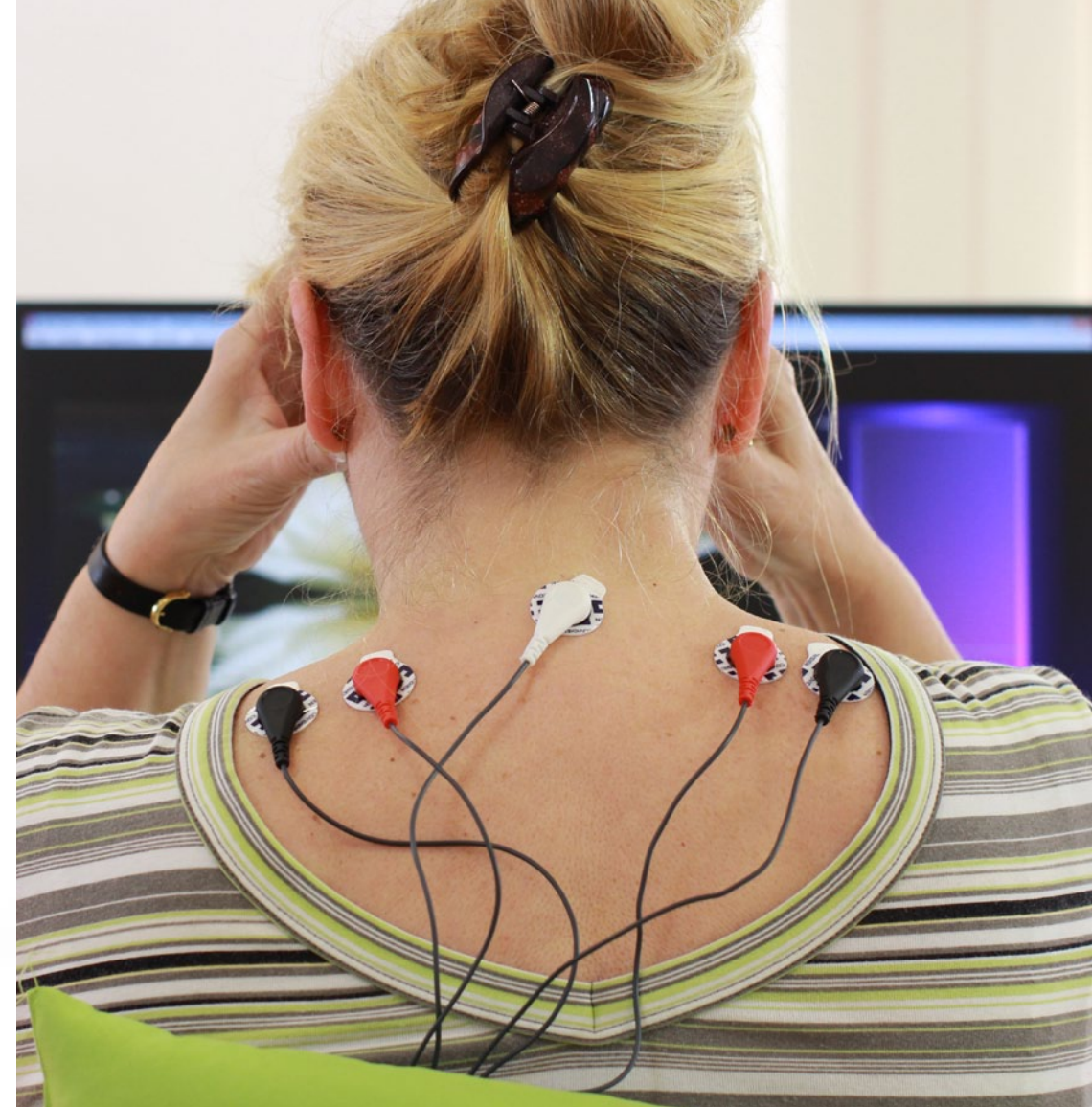


Stressbelastungstest

diagnostische Sitzung bei Rückenschmerzen



■ Baseline ■ Stressor ■ Entspannung



Schmerztherapie

7 Schritte zum Erfolg

Behandlung von Rückenschmerzen und Spannungskopfschmerzen



EMG Ableitung bei Spannungskopfschmerzen mit NeXus 10

Sitzungsgestaltung (20-40 Min., inkl. Pausen und Daten interpretieren)

- 1 **Spannungskopfschmerzen oder Rückenschmerzen**
Anamnese, wann und wo treten Schmerzen auf?
Sind Triggerfaktoren bekannt?
- 2 **EMG-Elektroden**
Anlegen der Elektroden: Haut entfetten, Klebeelektroden auf trockener Haut leicht andrücken, Messung und Bewertung der Muskelaktivität (μV (Mikrovolt))
- 3 **Ableitpositionen**
Bei Rücken- und Spannungskopfschmerzen: Elektroden (rot und schwarz) beidseitig der Wirbelsäule und Erdung zentral (weiße Elektrode)
- 4 **Signalkontrolle**
Darstellen der EMG-Kurve auf dem Bildschirm, Muskeln anspannen und entspannen lassen, Beurteilung der Reaktion
- 5 **Diagnostische Sitzungen**
Patient soll verschiedene Körperhaltungen einnehmen, Ableitung im Sitzen und Stehen, Beurteilung der Absolutwerte und Symmetrie ($> 5 \mu\text{V}$ = „verspannt“ und therapiebedürftig)
- 6 **Konfrontationstraining**
Abspielen Berufs- oder alltagsspezifischer Geräusche (DVD, CD) und Beurteilung der EMG-Reaktionen (Stresstest)
- 7 **Therapeutische Sitzung**
Spannungskopfschmerzen: Auswahl des Protokolls „chronischer Spannungskopfschmerz“
Schwellenwerttraining:
Ziel: Reduktion der Muskelaktivität, Musculus frontalis auf $< 1,5 \mu\text{V}$
Rückenschmerzen: Auswahl eines Protokolls aus der Kategorie „EMG-Schirme“
Schwellenwert- und Symmetrietraining

Therapieschema (Empfohlen sind mind. 10 Sitzungen)



Schema kann individuell variieren