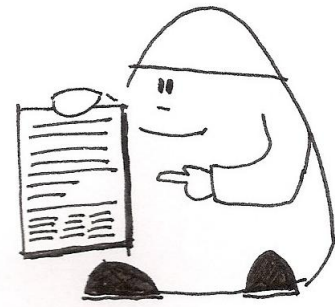


Arbeitsblatt 10



Hier die Liste mit weiteren Infomaterialien!

Institutionen, die weiterhelfen

Ihre Krankenkasse hilft Ihnen bei der Vermittlung von Schmerztherapeuten, Schmerzambulanzen oder Schmerzkliniken. Dort bekommen Sie auch eine individuelle Beratung. Eine Auswahl an wichtigen Adressen haben wir hier für Sie zusammengestellt:

Selbsthilfegruppen

NAKOS – Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen
Wilmsdorfer Str. 39, 10627 Berlin
Tel. 030-31 01 89 60
Fax 030-31 01 89 70
www.nakos.de

Migräne-Liga e. V.
Tel. 061 44-22 11
Fax 061 44-31 908
www.migraene-liga.de
info@migraeneliga-deutschland.de

Deutsche Schmerzliga e. V.
Adenauerallee 18, 61440 Oberursel
Tel. 07 00-375 375 375
Fax 07 00-375 375 38
www.schmerzliga.de
info@schmerzliga.de

Medizinische und wissenschaftliche Vereinigungen

Deutsche Gesellschaft für Schmerztherapie e. V.
Adenauerallee 18, 61440 Oberursel
Tel. 0 61 71-28 60 20
Fax 0 51 71-28 60 99

Deutsche Schmerzgesellschaft e. V.
Adenauerallee 18, 61440 Oberursel

Tel. 061 71-28 60 20
Fax 061 71-28 60 22

Deutsche Gesellschaft zum Studium des Schmerzes e. V. (DGSS)
c/o Klinik für Anästhesiologie, Universität Köln
Joseph-Stelzmann-Straße 9, 50924 Köln
Tel. 02 21-478-66 86
Fax 02 21-478-66 88

Ratgeberliteratur

Erfolgreich gegen Kopfschmerzen und Migräne
Hartmut Göbel
Springer Verlag Berlin/Heidelberg
ISBN 3-540-42504-7

Kopfschmerz und Migräne
Wolf-Dieter Gerber
Goldmann Verlag München
ISBN 3-44216-255-6

Kopfschmerzen und Migräne
Stiftung Warentest
Düsseldorf 2006
ISBN-10: 3-937880-22-4
ISBN-13: 978-3-937880-22-8

Nützliche Internetadressen

www.migraene-schule.de

Hier finden Sie ein Kursprogramm mit dem gesamten aktuellen Wissen zur Migräneentstehung und -behandlung

www.mipas-zirkel.de

Sie finden Adressen in Wohnortnähe von speziell ausgebildeten Ärzten, die Migränepatienten-Seminare durchführen.

www.neuro-media.de

Diese Internetseite informiert über Entspannungsmethoden. So kann man sich beispielsweise mit Hilfe eines Compact-Disc-Kurses mit der Progressiven Muskelentspannung (Muskelrelaxation) nach Jacobson vertraut machen.

www.psychotherapiesuche.de

Mit Hilfe einer Suchmaske finden Sie einen psychologischen Psychotherapeut in Wohnortnähe.

www.schmerzlinik.de

Die Internetseite der Schmerzlinik Kiel. Hier können Sie Fragebögen, Schmerzkalender und viele weitere Informationen einsehen und herunterladen