



Dr. med. Roland Schreiber
Schmerzspezialist SGSS
Interventionelle Schmerztherapie SSIPM
Spezialarzt FMH für Chirurgie
Neuraltherapie SANTH
Manuelle Medizin SAMM



Dr. med. Yasemin Schreiber-Pekin
Psychosomatische und Psychosoziale Medizin APPM
Fachärztin für Gynäkologie und Geburtshilfe FMH

Interdisziplinäres Patientenschulungsprogramm Schmerz PSPS

Das ambulante interdisziplinäre Patientenschulungsprogramm Schmerz wurde entwickelt um Patienten, welche an chronischen Schmerzen leiden zu helfen ihre Leistungsfähigkeit und Lebensqualität trotz der Schmerzen zu verbessern.

Ziele

- Steigerung der Aktivitäten im körperlichen und sozialen Bereich
- Steigerung der Autonomie
- Erhöhung der Resilienz durch Rückgewinnung von Kontrolle über den Schmerz und das eigene Leben
- Erweiterung des Verständnisses über Entstehung, Chronifizierung und Aufrechterhaltung von Schmerzen
- Erarbeitung eines Lebens-Sinns durch Zielsetzung und Modulation von Denkstrukturen und Denkmechanismen

Programm

In den laufenden Kursen werden verschiedene Inhalte durch die Therapeuten von **Ergotherapie, Physiotherapie, Psychologie und Psychosomatik sowie Schmerzmedizin** vermittelt.

Individuelle themenzentrierte Anliegen können noch weiter in der Sprechstunde der Ärzte oder in Einzelsitzungen mit den Therapeuten bearbeitet werden.

Fortlaufende Lektionen à 1,5 Stunden

Letzter Dienstag im Monat 17.00 Uhr bis 18.45 Uhr
Konferenzraum der psychologischen Praxis unique therapy
Rigipl. 1
8006 Zürich

Daten für 2019

29.01. Einführung / Zielsetzung

26.02. Anatomie – Bewegung und Schmerz

26.03. Hilfreiches Denken / Problemlösungsstrategien

30.04. Ergonomie im Alltag

28.05. Entspannungstechniken – Achtsamkeit

25.06. Zielsetzung / Chronifizierung und Schmerzverhalten

30.07. Handlungsfähigkeit trotz Schmerz

27.08. Training mit und trotz Schmerz

24.09. Wut- und Stressmanagement

29.10. Versicherung, Recht und Finanzen

26.11. Musiktherapie

Die Kosten sind im Rahmen einer ambulanten Therapie angesetzt und werden von der Krankenkasse übernommen. Die Termine werden als ganzer Block abgerechnet.

Da ein grosses Therapeutenteam mit viel Engagement die Kurse durchführt, erwarten wir einen möglichst vollständigen Besuch. Abwesenheiten bitte unbedingt melden.

*Praxis für integrative Schmerzmedizin
Praxis für Psychosomatische und Psychosoziale Medizin
Haldeliweg 35 8044 Zürich
Tel: 043 268 05 60
email: praxis-schreiber@hin.ch*



Dr. med. Roland Schreiber
Schmerzspezialist SGSS
Interventionelle Schmerztherapie SSIPM
Spezialarzt FMH für Chirurgie
Neuraltherapie SANTH
Manuelle Medizin SAMM



Dr. med. Yasemin Schreiber-Pekin
Psychosomatische und Psychosoziale Medizin APPM
Fachärztin für Gynäkologie und Geburtshilfe FMH

Anmeldung interdisziplinäres Patientenschulungsprogramm Schmerz PSPS 2019

Hiermit bestätige ich die Teilnahme an oben genanntem Patientenschulungsprogramm:

Name / Vorname

Geburtsdatum

Adresse

Unterschrift

Da ein grosses Therapeutenteam mit viel Engagement die Kurse durchführt, und die Kurse aufeinander aufbauen sollten möglichst alle besucht werden. Abwesenheiten bitte unbedingt melden.

Besten Dank und freundliche Grüsse

Dr. med. R. Schreiber

Kontakt:
Tel: 043 268 05 60
Email: praxis-schreiber@hin.ch

*Praxis für integrative Schmerzmedizin
Praxis für Psychosomatische und Psychosoziale Medizin
Haldeliweg 35 8044 Zürich
Tel: 043 268 05 60 Fax: 043 268 05 61
email: praxis-schreiber@hin.ch*