

## Migränetherapie nach Kern

Die Migränetherapie nach Kern, ist ein völlig neuer Therapieansatz in der Behandlung von Migräne und Kopfschmerz. Dabei liegt die Entdeckung zu Grunde, dass sich Kopfschmerzen und Migränebeschwerden in den meisten Fällen auf der körperlichen Ebene lokalisieren lassen und deshalb auch auf dieser körperlich-anatomischen Ebene positiv beeinflussen lassen. Migräne- und Kopfschmerzpatienten wird ein Lernprozess angeboten, der zur Schmerzfreiheit und darüber hinaus auch zu Wohlgefühl und Gesundheit anleitet.

Dieser Lernprozess beinhaltet folgende Elemente:

- Behandlung mit Spezialgriffen  
Anatomie- und Energiebezogen
- Bewegungstraining  
Bewegung ist die Lösung
- Wahrnehmungs- und Mentaltraining  
Gesundheit beginnt im Kopf!

Die Behandlung mit Spezialgriffen - Anatomie- und Energiebezogen

1. Im schmerzfreien Raum ertastet der Therapeut die anatomischen Ursachen der Migräne. Auf diese Weise kann der Patient die Ursachen seines Leidens bewusst empfinden.
2. Verspannungen und Bewegungseinschränkungen werden unmittelbar erfahren und können durch die Unterstützung des Therapeuten gelöst werden.
3. Das Gewebe wird dadurch an seinen gesunden Zustand erinnert, was als Wohlgefühl erlebt wird.
4. Diese Unterbrechung des Schmerzzirkels wird als Positiverlebnis gespeichert und ersetzt im Verlauf der Behandlung das Schmerzgedächtnis.

Folgende anatomische Strukturen werden behandelt:

- Halswirbelsäule: Beweglichkeit
- Lymphsystem: Entstauung
- Muskulatur: Tonussenkung
- Periost und Golgirezeptoren: örtlich und reflektorisch
- Suturen: Mikrobeweglichkeit
- Blutgefäße: Pulsationen
- Haut: Beweglichkeit