

Lebensfragen?

Sie fragen, **Experten** antworten

Seit mehr als 10 Jahren habe ich Migräne – Tabletten wirken kaum.

Welche Chancen hat eine Psychotherapie? *Herbert L., Salzburg*

Innere Anspannung, Stress und unausgesprochene Konflikte können dazu führen, dass Ihre Beschwerden nicht allein medikamentös in den Griff zu kriegen sind. Nach einer umfassenden medizinischen Abklärung kann begleitend und ergänzend zu einer Behandlung mit Medikamenten bei jedem Schmerzgeschehen eine Psychotherapie hilfreich sein. Dabei kann ihr individueller Schmerz genauer unter die Lupe genommen werden: Wann, unter welchen Bedingungen kommt es zum Schmerzgeschehen? Gibt es auslösende Umweltfaktoren? Ist die Ihnen gestellte Diagnose überhaupt zutreffend, oder handelt es sich um einen zwar migräneartigen, aber möglicherweise anders gearteten Kopfschmerz? Ein wei-

terer Faktor, der für eine Psychotherapie spricht: Die Therapieresistenz Ihres Leidens hat bei Ihnen offenbar zu einer dauerhaften Frustration geführt, was wiederum einer ernsthaften Depressionserkrankung den Weg ebnet. Allein um hier präventiv zu wirken, ist eine Psychotherapie zu erwägen – im besten Fall, um Ihre Schmerzzustände ganzheitlich zu behandeln und zu beseitigen, im schlechtesten Fall, um damit besser leben zu lernen.

Mag. Dr. Monika Wogrolly,
Praxis für Coaching, Psychotherapie, Praktische Philosophie und mobile Psychotherapie in Wien und Graz,
www.wogrollymonika.at



Haben Sie auch eine drängende Lebensfrage? Schreiben Sie bitte eine Mail an: frage@leben.at