

Die Schmerzpraxis

02.09.2010 - 18:31 Uhr

Neues psychologisches Behandlungskonzept für Schmerzranke

Lüneburg (ots) -

Das Buch "Frei sein im Schmerz" stellt ein neuartiges psychotherapeutisches Verfahren zur Selbsthilfe bei Schmerzen und zur Behandlung von Schmerzranke vor: die achtsamkeitsbasierte Schmerztherapie ABST. Sie beruht auf den zweieinhalb Jahrtausende alten Techniken der buddhistischen Achtsamkeitspraxis, die seit einigen Jahrzehnten Einzug in die moderne westliche Psychotherapie und Medizin gehalten haben. Das Innovative an ABST ist, dass sie einen neuen Blickwinkel auf das Leid Schmerzranke eröffnet und psychologische Ursachen dafür benennt, daß das Leiden oftmals größer ist als die organischen Befunde erklären. Auch der Behandlungsweg in sieben Einzelschritten ("Achtsamkeitskaskade") bringt eine noch nie da gewesene Systematik in die einzelnen Aspekte und Teilfertigkeiten des komplexen Achtsamkeitsbegriffs. Die achtsamkeitsbasierte Schmerztherapie (www.abst-web.de) wurde von dem Schmerz- und Psychotherapeuten Dr. Peter Tamme aus Lüneburg entwickelt, der in seiner spezialisierten Schmerzpraxis (www.die-schmerzpraxis.de) seit über 20 Jahren tausende chronisch Schmerzranke behandelt hat und zu der Überzeugung gelangt war, dass eine körperorientierte Schmerztherapie allein (und auch eine allgemeine Psychotherapie) das Leid Schmerzranke nicht zufriedenstellend lindern kann. Ein schneller und umfassender Überblick ist für Interessierte zu erhalten durch Lektüre des Buches "Frei sein im Schmerz" von Peter und Iris Tamme (ISBN 978-3-8391-1903-7) zum Preis von 29,90 EUR (www.frei-sein-im-schmerz.de).

Pressekontakt:

Dr. Peter Tamme, Beim Benedikt 2 A, 21335 Lüneburg,
Tel. 04131/2472355, Fax 04131/2472356,
eMail: dr.peter.tamme@t-online.de, www.abst-web.de

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100020393/100609668> abgerufen werden.