

Wirksame Hilfe gegen Schmerzen und Fibromyalgie

Wer unter stressbedingtem Schmerz und Fibromyalgie leidet, sollte unbedingt die Vorträge von Prof. Ulrich Egle im [Sanatorium Kilchberg](#) besuchen.



Gesunder Stress ist für das Gehirn Nervennahrung. Bei zeitlich begrenzten Herausforderungen helfen Botenstoffe, ihn zu bewältigen. Für anhaltende Belastungssituationen ist der Mensch hingegen nicht gemacht: sie führen – beim einen früher, beim anderen später – zur Überlastung. Die gleichen Botenstoffe schädigen gerade jene Hirnbereiche, die für eine gesunde Stressbewältigung nötig sind. Besonders ausgeprägt ist dieses Risiko bei der Erstprogrammierung des Gehirns in Kindheit und Jugend, in einer Zeit also, in der sich das Gehirn noch in Entwicklung befindet. Die Folge ist eine lebenslang erhöhte Anfälligkeit für körperliche Beschwerden und Erkrankungen, welche sogar die Lebenserwartung erheblich verkürzen können.

Die Vortragsreihe am [Sanatorium Kilchberg](#) möchte über diese Zusammenhänge informieren und am Beispiel körperlicher Beschwerden und Erkrankungen aufzeigen, wie sie verhindert oder psychosomatisch erfolgreich behandelt werden können. Federführend ist Prof. Dr. med. Ulrich Egle, Fachexperte für Psychosomatik am [Sanatorium Kilchberg](#). In seiner langen beruflichen Laufbahn hat er sich einen Namen in der Behandlung stressbedingter körperlicher Beschwerden gemacht. 2016 wurde ihm der Heigl-Preis für die Entwicklung der psychosomatischen Therapie stressbedingter Schmerzstörungen verliehen. Der Preis gilt als höchstdotierte fachliche Auszeichnung im deutschsprachigen Raum. Prof. Egle veröffentlichte mehr als 300 wissenschaftliche Publikationen und elf Bücher.

Die Vorträge finden im [Sanatorium Kilchberg](#) statt, jeweils 18.30–19.30 Uhr, Anmeldung nicht erforderlich, Eintritt frei.

Infos zu allen Veranstaltungen gibt es hier



Wie Stress in der Kindheit unsere Lebenserwartung verkürzt

Donnerstag, 7. Juni 2018 Wie das Gehirn aus Stress Schmerz macht

Donnerstag, 5. Juli 2018 Wie stressbedingte Schmerzen erfolgreich psychosomatisch behandelt werden

Donnerstag, 4. Oktober 2018 Fibromyalgie – eine stressbedingte Schmerzerkrankung wirksam behandeln

Donnerstag, 1. November 2018

Sanatorium Kilchberg AG

Alte Landstrasse 70

CH-8802 Kilchberg

Telefon +41 44 716 42 42

Telefax +41 44 716 42 14

info@[sanatorium-kilchberg](mailto:info@sanatorium-kilchberg.ch).ch

[www.sanatorium-kilchberg](http://www.sanatorium-kilchberg.ch).ch