

## Pressemitteilung

**Australisch-Neuseeländischer Hochschulverbund / Institut Ranke-Heinemann**

**Sabine Ranke-Heinemann**

04.12.2002

<http://idw-online.de/de/news56877>

Forschungsergebnisse, Studium und Lehre  
Ernährung / Gesundheit / Pflege, Medizin, Sportwissenschaft  
überregional

## **Kopfschmerzen mit Ursprung im Nackenbereich gehören der Vergangenheit an**

Viele unter Kopfschmerzen leidende Menschen bestätigen, dass ihr Leiden eigentlich eher als Nackenschmerz zu bezeichnen ist. Forscher sind sich nun sicher, dass diese Art von Kopfschmerzen behoben werden kann.

Professor Gwen Jull vom Physiotherapie-Department der University of Queensland ist eine international gefragte Frau seit ein Forschungsprojekt, welches Behandlungsmethoden für im Nacken beginnende Kopfschmerzen getestet hat, erfolgreiche Ergebnisse produzierte.

Das Projekt konzentrierte sich auf Kopfschmerzen, die auf Gelenkbeanspruchung oder Arthritis im Nackenbereich zurückzuführen sind. Professor Jull zufolge ist diese Form von Kopfschmerzen eine der drei am häufigsten Wiederkehrenden. Der Versuch zeigte, dass eine Nackenbehandlung sowie ein spezielles sanftes Übungsprogramm die Kopfschmerzen entscheidend reduzieren konnten, aber eine Kombination dieser beiden Behandlungsmethoden eine noch höhere Linderungsrage ergab.

"Die Linderung der Kopfschmerzen ist dauerhaft und was noch wichtiger ist, die Übungen sind leicht zu erlernen und können in das tägliche Leben integriert werden," so Professor Jull.

"Die Übungsmethode ist einzigartig. Sie konzentriert sich auf die tiefe Nacken- und Schultergürtelmuskulatur und zielt dabei auf die Wiederherstellung der Muskelkontrolle und weniger auf Stärkung und allgemeine Fitness."

Die Methode trifft auf ein weit verbreitetes Interesse unter Physiotherapeuten. Professor Jull hat einen ausgefüllten Terminkalender mit Einladungen, um die neue Methode auf internationalen Seminaren weiterzugeben.

Professor Jull sagt, dass sie bereits seit vielen Jahren an Forschungsprojekten arbeitet, um jene Muskelfunktionsstörungen zu bestimmen, die mit zervikalen Kopfschmerzen verbunden sind. Sie fand die Antwort in der Tiefenmuskulatur des Nackens und entwickelte daraufhin ein spezielles Übungsprogramm.

Weitere Informationen:

Faculty Communications Officer Marlene McKendry, 3346 4713 oder 0401 996847.

Als Vertretung aller australischen Hochschulen hat sich in Deutschland das Institut Ranke-Heinemann als Einrichtung für Studienberatung und Wissenstransfer etabliert. Es ist erste Kontaktadresse für Fragen zu Wissenschaft und Bildung in Australien und kann darüber hinaus bei Fachfragen gezielt Ansprechpartner in Australien vermitteln.