

Gesundheit beginnt im Kopf: Die Beruflichen Schulen Gelnhausen unterstützen Schülerinnen und Schüler mit zwei Programmen im Kampf gegen Kopfschmerz & Migräne



Vielleicht kennen Sie Migräne oder Spannungskopfschmerzen aus eigener Erfahrung: ein Ziehen, Drücken oder Hämmern im Kopf, das konzentriertes Arbeiten zur Qual macht. In Deutschland sind zwei von drei Erwachsenen von Kopfschmerzen betroffen – das sind rund 54 Millionen Menschen. Täglich leiden 900.000 Menschen unter Migräneattacken, 100.000 von ihnen können deswegen ihr Bett nicht verlassen.

Doch es gibt Hoffnung: Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass Kopfschmerz und Migräne durch präventive Maßnahmen effektiv abgemildert und sogar verhindert werden können. Deshalb engagieren sich die Beruflichen Schulen Gelnhausen im Kampf gegen dieses Volksleiden und bieten Ihnen in Kooperation mit dem Zentrum für Forschung und Diagnostik (ZIES gGmbH) und der Vivida BKK ab sofort zwei zielgruppen-spezifische Präventionsangebote, welche helfen, dem Kopfschmerz wirksam vorzubeugen.

Alles, was Sie wissen müssen, finden Sie unter folgendem Link:

<https://kopfschmerzwissen.de/partner/bsg/>

mit dem Passwort: BSG!

Hier erwarten Sie u.a.:

- Links zu den beiden Informationsplattformen mit vertiefenden, wissenschaftlich fundierten Informationen zu Kopfschmerzen und deren Prävention
- den Zugang zu zwei als Medizinprodukt zertifizierten Apps, welche Sie bei der Prävention im Alltag unterstützen
- Webinare, die Wissen zur Entstehung von Kopfschmerz vermitteln und aufzeigen, worauf es bei der Prävention besonders ankommt
- weitere Medien zum Thema Kopfschmerz, wie etwa Erklärfilme und eine spezielle Entspannungsübung, die Ihnen hilft Pausen besonders wirksam zu gestalten

Die kostenfreie Nutzung der Maßnahmen und Medien für Angehörige der Beruflichen Schulen Gelnhausen wird durch die Unterstützung der Vivida BKK im Rahmen des Präventionsgesetzes möglich.



Entwickler der Materialien ist das Zentrum für Forschung und Diagnostik bei Implantaten, Entzündungen und Schmerzen gemeinnützige GmbH – kurz: ZIES gGmbH. Die ZIES gGmbH setzt sich ein für Beratung, Diagnostik sowie Aufklärung und Prävention. Die ZIES gGmbH ist eine gemeinnützige Initiative. Es ist unabhängig von Firmen, Verbänden oder anderen Interessengruppen.

ZIES *gemeinnützige
Gesellschaft mbH*