

BIOFEEDBACK

Faszinierende Einblicke

Mit Unterstützung durch Biofeedback können Patienten lernen, eigene, früher auch als unwillkürlich bezeichnete körperliche Prozesse zu beeinflussen. Für den Rezensenten war dies zum Beispiel Anlass, vor mehr als 30 Jahren Geräte mitzuentwickeln, die etwa den Hautwiderstand und die Hauttemperatur beim autogenen Training zurückmeldden. Damit gelang es, die Abbrecherquote bei diesem weltweit verbreiteten Selbstentspannungsverfahren nahe null zu senken, und die Methode schneller und effektiver zu realisieren. Die technische Entwicklung verläuft äußerst rasant. So liegt bei der zweiten Auflage ein deutlicher neuer Akzent auf dem Bereich Neurofeedback, was eine Selbstkontrolle von Hirnsignalen bedeutet. Mittlerweile ist es möglich, neben der Beeinflussung von entsprechenden EEG-Wellen auch die Selbststeuerung subkortikaler Hirnareale, wie zum Beispiel der Amygdala oder des Gyrus cinguli, zu beeinflussen.

In der klinischen Praxis können Biofeedbackmethoden bereits sehr hilfreich bei der Behandlung von Kopf- und Rückenschmerzen, Blut-



Winfried Rief, Niels Birbaumer (Hrsg.): Biofeedback. Grundlagen, Indikationen, Kommunikation, praktisches Vorgehen in der Therapie. 2. Auflage, Schattauer, Stuttgart, 2006, 330 Seiten, gebunden, 49,95 Euro

hochdruck, Inkontinenz, Tinnitus, psychosomatischen Störungen, Schlafstörungen, ADHS und beim Locked-in-Syndrom eingesetzt werden. Die Neuauflage ist weiterhin sehr praxisorientiert, indem sie die neuesten wissenschaftlichen Ergebnisse und Indikationen mit dem Schwerpunkt auf das praktische Vorgehen darstellt.

Das Buch ist so konzipiert, dass es als ideales Praxisbuch nicht nur für Ärzte aus den verschiedenen Fachgebieten, sondern auch für Psychologen und Physiotherapeuten dienen kann. Gerade für diese unterschiedlichen Berufsgruppen ist ein gut verständliches Glossar angegliedert. Es bleibt faszinierend, wie durch Lernprozesse und willentliche Einflussnahme die verschiedensten Körper-

funktionen in vorgegebener Richtung zu beeinflussen sind. Der Einsatz entsprechender Techniken ist nicht nur zur Heilung der oben aufgeführten Krankheiten und Störungen gedacht, sondern auch zur Prophylaxe. Mittels Neurofeedback sind zum Beispiel Patienten mit fortgeschrittener amyotropher Lateralsklerose noch in der Lage, ihren Willen zu bekunden und sogar wissenschaftliche Beiträge zu konzipieren.

Die zu etwa 80 Prozent englischsprachige Literatur wurde aktuell für den deutschen Leser aufgearbeitet. Vergleichbare Grundlagenwerke, das älteste davon ist 1989 erschienen, werden kritisch wohlwollend kommentiert. Didaktisch gut aufgearbeitete Tabellen und Abbildungen sowie der zweispaltige Druck gestalten das Arbeiten mit dem Werk angenehm. Neben der wissenschaftlichen Begründung des Vorgehens wird immer wieder auf praktische Hilfen einschließlich Diagnostik und Therapieleitfäden eingegangen. Der vergleichsweise moderate Preis dürfte durch die im Anhang befindlichen Inserate der Biofeedbackgerätehersteller erreicht worden sein. Das Buch ist das umfassendste und aktuellste Werk zum Thema Biofeedback im deutschen Sprachraum. *Wolf-Rainer Krause*