

## ***KROONISTA PÄÄNSÄRKYÄ - apua tietopaketista ja sovelletusta rentoutuksesta?***

Etsimme päänsärystä kärsiviä 18-65 v. potilaita tutkimukseen, jossa tutkimme infoluennon ja sovelletun rentoutuksen vaikutusta krooniseen päänsärkyyn. Infoluennon odotamme lisäävän tietoa ja ymmärrystä kroonisesta päänsärystä ja sen hoitamisesta. Sovellettu rentoutus on laajalti käytössä kroonisen kivun hallintamenetelmänä eri puolilla maailmaa. Arviointimenetelmänä käytämme kyselykaavakkeita ja päänsärkypäiväkirjaa, johon tehdään päivittäin merkintöjä.

Päänsärkyä tulisi olla vähintään 15 päivänä kuukaudessa. Tutkijalääkäri varmistaa soveltuvuutenne tutkimukseen. Tutkimus kestää 1,5 v. ajan, välillä on kesätauko. Potilaat satunnaistetaan kahteen ryhmään, joista toinen on aluksi odotusryhmä. Tutkimus toteutetaan Myyrmäen ja Keravan terveystieteiden keskuksissa.

Jos olette kiinnostunut osallistumaan tutkimukseen, voitte ottaa yhteyttä soittamalla Myyrmäen terveystieteiden keskuksen fysioterapiayksikköön keskiviikkoisin klo 12.00-14.00 lähihoitaja Pirjo Lötjöselle p. 09 83935344 tai Keravan terveystieteiden keskuksen maanantaisin klo 13.00-14.00 fysioterapeutti Hanna Saarikoskelle p. 040 3184994. Tutkimuksesta vastaava lääkäri on neurologi Hanna Harno, HYKS Neurologian klinikka ja Kipuklinikka.