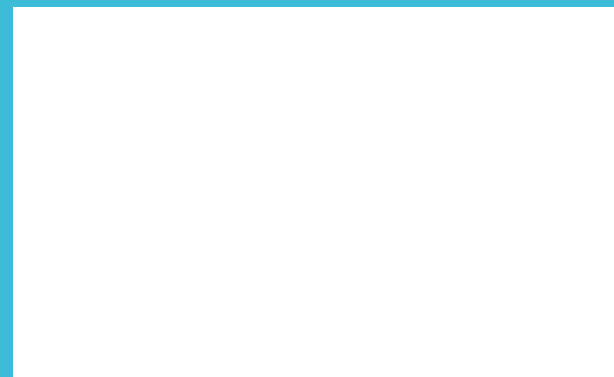


Fragen Sie Ihren Arzt oder
Therapeuten, ob Neurofeedback
für Sie in Frage kommt.

Ihre Neurofeedback-Praxis vor Ort:



Die Informationen in dieser Broschüre wurden von neurocare
bereitgestellt. Sie sind kein Ersatz für eine professionelle
medizinische Beratung. Wenden Sie sich bei allen Fragen zu
Ihrer Gesundheit oder Ihrem Gesundheitszustand bitte an
Ihren Arzt oder Therapeuten.

Die hier abgebildeten Neurofeedback-Verfahren sind
exemplarisch und stellen kein Heilversprechen für
Neurofeedback-Geräte dar.

© neurocare group AG
www.neurocargroup.com/de/patienten

Bilder: Titelseite iStock 1465930969 , alle anderen Bilder ©
neurocare group AG

03/2025 | 10TPM_PatG

Das Wichtigste im Überblick

Nachgewiesene Wirksamkeit

Neurofeedback ist eine wissenschaftlich anerkannte
Behandlungsmethode. Viele Studien haben gezeigt,
dass Neurofeedback für verschiedene Störungs-
bilder vorteilhaft sein kann. Für ADS/ADHS wird die
Neurofeedbacktherapie von den medizinischen
Fachgesellschaften empfohlen.

Überschaubare Therapiedauer

Eine Sitzung dauert 45 – 60 Minuten. Die Therapie
umfasst meist 30 – 40 Sitzungen mit 1–2 Terminen
pro Woche. Die Behandlungsdauer ist abhängig
vom Störungsbild. Ihr Arzt oder Therapeut wird
gemeinsam mit Ihnen den Therapieplan erstellen.



Scannen Sie den QR-Code, um Studien
zum Neurofeedback nachzulesen.



Geringe bis keine Nebenwirkungen

Gelegentlich können vorübergehende Müdigkeit,
leichte Kopfschmerzen oder leichte Hautirritationen
nach oder während der Neurofeedbacksitzung auf-
treten. Beeinträchtigende Nebenwirkungen wie bei
manchen Medikamenten gibt es nach Neurofeed-
back hingegen nicht.

Kann den Schlaf verbessern

Neurofeedback kann Netzwerke im Gehirn so trai-
nieren, dass Sie leichter ein- oder durchschlafen
können. Guter und ausreichender Schlaf ist wesent-
lich, wenn Sie Ihre psychische Gesundheit verbessern
oder Ihre Leistungsfähigkeit steigern möchten.

Wer kann mit Neurofeedback behandeln?

Ergotherapeuten, Psychologen, Neurofeedback-
therapeuten und Neurofeedbacktrainer bieten die
Behandlung an.



Neuro- feedback

wirksam und nachhaltig



Neurofeedback

Training der Gehirnaktivität

Neurofeedback ist eine Trainingsmethode, bei der die Aktivität des Gehirns gemessen wird und auf einem Bildschirm sichtbar gemacht wird. Ziel ist es, die eigene Gehirnaktivität gezielt zu beeinflussen und zu verbessern.

Die Neurofeedback-Therapie kann Ihnen helfen:

- Ihre Konzentration und Aufmerksamkeit nachhaltig zu verbessern,
- besser zu schlafen,
- in schwierigen Situationen gelassener zu bleiben
- Stress abzubauen und zu entspannen,
- den Alltag besser zu strukturieren und erfolgreicher zu bewältigen.

Diese Prozesse kommen durch den natürlichen Lernprozess im Gehirn während des Trainings zustande – wie beim Erlernen eines Musikinstruments oder einer Sprache. Haben Sie einmal gelernt, Ihre Gehirnaktivität selbst zu beeinflussen, können die positiven Effekte aufrecht erhalten werden.

Erwachsene und Kinder (ab ca. 6 Jahren) können vom Neurofeedback profitieren.



Wie funktioniert Neurofeedback?

Über Sensoren wird die elektrische Aktivität Ihres Gehirns (EEG) gemessen. Bestimmte Muster im EEG deuten auf hohe oder geringe Aktivität des Gehirns hin (Aufmerksamkeit, Konzentration oder Entspannung).

Durch die visuelle Rückmeldung der Hirnaktivität auf einem Monitor können Sie ein Gespür für die aktuelle Aktivität entwickeln. Nach mehreren Trainingssitzungen können Sie lernen, diese Aktivität gezielt zu beeinflussen.

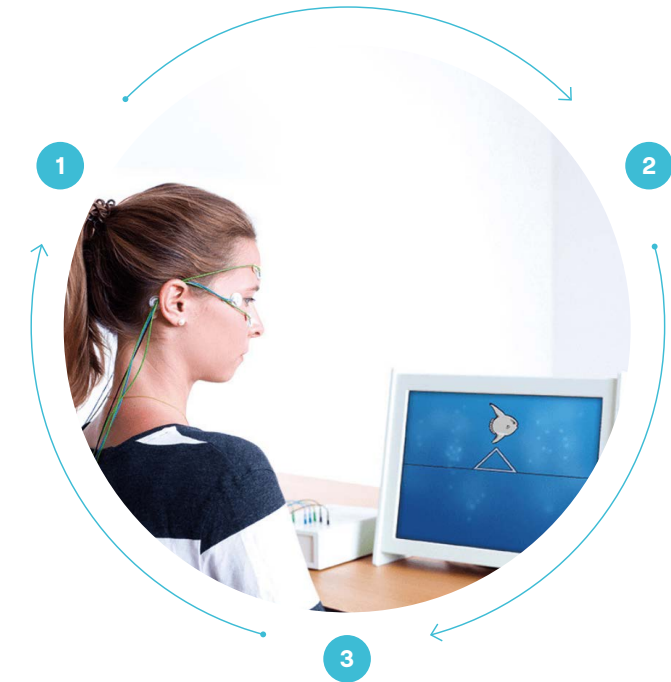
Was kann Neurofeedback bewirken?

Neurofeedback wird eingesetzt, um die Symptome der ADHS zu verbessern.

Da es dabei unterstützt, die eigene Hirnaktivität zu verbessern, kann Neurofeedback bei verschiedenen Erkrankungen die Lebensqualität erhöhen, z. B. bei:

- Schlafstörungen,
- Epilepsie,
- Migräne,
- Autismus,
- Depression,
- Angststörungen.

Neurofeedback in drei Schritten:



- 1 Messung Ihrer Hirnaktivität über ein EEG.
- 2 Der Bildschirm zeigt Ihre momentane Hirnaktivität (hier durch die Bewegung des Fisches).
- 3 Sie versuchen, die angezeigte Hirnaktivität gezielt zu verändern, d. h. zu erhöhen oder zu verringern.