

Sprawozdanie z 17th Annual Biofeedback Federation of Europe Meeting, 11–15.02.2014 r., Wenecja, Włochy

Rafał Milner, Małgorzata Ganc

Instytut Fizjologii i Patologii Słuchu, Światowe Centrum Słuchu, Zakład Audiologii Eksperymentalnej, Warszawa/Kajetany

Adres autora: Rafał Milner, Światowe Centrum Słuchu, Zakład Audiologii Eksperymentalnej, ul. Mokra 17, Kajetany, 05-830 Nadarzyn, e-mail: r.milner@ifps.org.pl

Europejskie Towarzystwo Biofeedback (ang. *Biofeedback Federation of Europe*, BFE) to organizacja, której celem jest edukacja prozdrowotna oraz promocja różnych metod terapeutycznych mających na celu poprawę stanu zdrowia człowieka. Towarzystwo to co roku organizuje spotkania, które integrują specjalistów zajmujących się psychologią, medycyną, fizjoterapią, edukacją oraz różnymi metodami psychofizjologii stosowanej (np. neurofeedbackiem, biofeedbackiem). Motywem przewodnim tegorocznej konferencji było spojrzenie na organizm człowieka jako pewną zamkniętą całość, w której poszczególne systemy funkcjonalne wzajemnie się warunkują. Przywrócenie w organizmie pełnej harmonii wymaga zatem wykorzystania i integracji różnych metod terapeutycznych, takich jak biofeedback, neurofeedback, mindfulness, i połączenia ich z właściwą dietą, codziennym wysiłkiem fizycznym oraz poprawą relacji społecznych.

Kongres w Wenecji miał, jak co roku, charakter bardzo kameralny. Wzięło w nim udział około 200 osób z całego świata, w tym 10 z Polski. Reprezentowały one Mazowieckie Specjalistyczne Centrum Zdrowia w Tworkach, Instytut Fizjologii i Patologii Słuchu w Warszawie, Szpital Wojewódzki nr 2 im. św. Jadwigi Królowej w Rzeszowie, Uniwersytet Medyczny w Białymstoku oraz firmę Neuro-master, Akademię Biofeedback EEG – Centrum Szkoleniowo-Terapeutyczne w Warszawie, Poradnię Psychologiczno-Pedagogiczną nr 3 w Krakowie, Centrum Wczesnej Interwencji Elektra EEG Biofeedback oraz Gimnazjum nr 1 w Kołobrzegu.

Dominującą część kongresu stanowiły warsztaty szkoleniowe. Pięciodniowe warsztaty pt. „Fundamentals of Neurofeedback combined with Basic Biofeedback for Assessment and Training” poprowadzili między innymi dr Lynda i Michael Thompson z Kanady – założyciele ADD Center w Toronto oraz światowej klasy eksperci i wieloletni nauczyciele metody neurofeedback i biofeedback. Warsztaty dotyczące wykorzystania metody biofeedback w treningach zmienności rytmu serca (ang. *Heart Rate Variability*, HRV) oferowali prof. Donald Moss z Uniwersytetu Saybrook w San Francisco, prof. Fred Schaffer z Uniwersytetu Trumana oraz prof. Erik Peper – prezydent Europejskiego Towarzystwa Biofeedback. Interesujące zajęcia pt. „Feedback of Slow Cortical Potentials – basics, protocols,

applications and evidence” poprowadziły dr Ute Strehl i Kerstin Mayer. Na uwagę zasługuje zwłaszcza pierwsza z nich, która pracowała u boku takich sław jak prof. Niesl Birbaumer, Thomas Elbert i Brigitte Rockstroh – naukowców z Uniwersytetu w Tübingen, pionierów neurofeedbacku wolnych potencjałów korowych (ang. *Slow Cortical Neurofeedback*). W trakcie warsztatów przedstawione zostały mechanizmy generacji oraz znaczenie funkcjonalne tych niskoczęstotliwościowych zmian w sygnale EEG. Omówiono również podstawowe protokoły stosowane podczas terapii z wykorzystaniem tych sygnałów i rodzaje zaburzeń, w których można zastosować tę technikę. Prowadzące zaprezentowały ponadto wyniki terapii z wykorzystaniem metody neurofeedback wolnych potencjałów korowych u osób z ADHD oraz epilepsją. Na uwagę zasługiwał także warsztat dr. Paula Swingle’a – wykładowcy psychiatrii w Harvard Medical School pt. „Clinical Q and Braindriving: fundamental Neurotherapy for Professionals”. Doktor Swingle przedstawił swoją autorską metodę diagnostyczną (Clinical Q), pozwalającą precyzyjnie ocenić nieprawidłowości w ilościowym EEG. Na podstawie danych zebranych podczas diagnostyki przeprowadzonej metodą dr. Swingle’a można zaplanować dokładny plan interwencji za pomocą techniki neurofeedback. Podczas warsztatów omówione zostały również techniki wspomagające neurofeedback, takie jak: elektrostymulacja, akupunktura, hipnoza, terapia czaszkowo-krzyżowa czy EFT.

Jeden z najbardziej interesujących warsztatów poprowadził prof. Jay Gunkelman – wieloletni prezydent International Society of Neurofeedback and Research, autor licznych artykułów naukowych i książek dotyczących elektroencefalografii, który jako pierwszy na świecie uzyskał certyfikat uprawniający do oceny QEEG. Warsztaty Jaya Gunkelmana poświęcone były specyficznym genetycznie wzorcom aktywności bioelektrycznej mózgu, które można obserwować w badaniu QEEG. Gunkelman określa te wzorce jako EEG fenotypy i według niego wydają się one o wiele bardziej przydatne w podziale różnego rodzaju zaburzeń niż używana standardowo klasyfikacja DSM. Pozwalają one o wiele dokładniej pogrupować dany rodzaj zaburzenia. Na podstawie poszczególnych fenotypów QEEG można również o wiele lepiej przewidzieć reakcję osoby z określonym zaburzeniem na leczenie farmakologiczne czy terapię neurofeedback.



Przedstawiciele Polski biorący udział w 17th Annual Biofeedback Federation of Europe Meeting. Od góry z lewej: mgr Piotr Sobaniec (Uniwersytet Medyczny w Białymstoku oraz firma Neuromaster), dr Rafał Milner (Instytut Fizjologii i Patologii Słuchu w Warszawie), mgr Dariusz Skorupa (Akademia Biofeedback EEG – Centrum Szkoleniowo-Terapeutyczne w Warszawie). Od dołu z lewej: mgr Milena Żochowska-Sobaniec (Uniwersytet Medyczny w Białymstoku), dr Magdalena Szubert-Czarnocka (Mazowieckie Specjalistyczne Centrum Zdrowia w Tworkach), mgr Barbara Wolańska (Gimnazjum nr 1 w Kołobrzegu), mgr Jolanta Krępieć (Gimnazjum nr 1 w Kołobrzegu) oraz lek. Maria Dziuban (Centrum Wczesnej Interwencji Elektra EEG Biofeedback w Słupsku). W środku prof. Erik Peper – prezydent Europejskiego Towarzystwa Biofeedback

Podczas konferencji odbyło się też wiele innych interesujących warsztatów, poprowadzonych m.in. przez dr. Stephen Porges z Brain-Body Center na Uniwersytecie Illinois w Chicago pt. „The polyvagal theory: neural mechanisms mediating social behavior, emotional regulation and health”, poświęcone wpływowi funkcjonowania nerwu błędnego na reakcje emocjonalne i relacje społeczne ludzi i zwierząt; dr. Michaela Lindena, dyrektora Attention Learning Centers and Attention Performance Centers w Południowej Kalifornii, pt. „QEEG subtypes and Neurofeedback with ADD, Aspergers and Autism”, dotyczące specyficznych wzorców w badaniu QEEG, które obserwuje się w zespole ADD, Aspergera i autyzmie; dr Leah Lagos pt. „Applied work with athletes in peak performance and sports”, dotyczące wykorzystania psychofizjologicznych pomiarów w ocenie wydolności i poprawie osiągnięć sportowców, czy wreszcie dr Innę Kazan, psychologa klinicznego z Harvard Medical School, pt. „Mindfulness and acceptance approach to Biofeedback” na temat wykorzystania techniki uważności i akceptacji w codziennej praktyce.

Warsztatom towarzyszyły wykłady. Pierwszy wykład na zaproszenie pt. „Meditation and Biofeedback: combining eastern traditions with western gadgets” wygłosiła dr Inna

Khazan, drugi zaś – zatytułowany „The Polyvagal Theory: demystifying the link between social behavior and health” zaprezentował dr Stephen Porges. Oba były podsumowaniem zagadnień poruszanych na warsztatach. Podczas sesji poświęconej neurofeedbackowi ciekawe wystąpienia mieli m.in. dr Ute Strehl – „Neurofeedback = operant conditioning? What we can learn from learning theory in order to establish (optimize) Neurofeedback protocols in practice and research”, prof. Nicola Giacopini – „What is going on?”, doktorzy Lynda i Michael Thompson – „Concussion hits hard: recovery from the multiple effects of concussion” oraz prof. Jay Gunkelman – „TBI diagnosis and treatment: utility of EEG/QEEG and ERP”. Na szczególną uwagę zasługuje zwłaszcza ten ostatni, w którym prelegent przedstawił szczegółowy przegląd literatury naukowej na temat wykorzystania metod EEG, ilościowego EEG – QEEG oraz potencjałów wywołanych w diagnostyce i leczeniu uszkodzeń mózgu (ang. *Traumatic Brain Injuries*, TBI).

W sesji poświęconej metodzie biofeedback swoją prezentację dotyczącą redukcji chronicznego bólu głowy i szyi za pomocą mięśniowego SEMG Biofeedbacku przedstawił m.in. prof. Erik Peper. Wykład na temat terapii bólu pleców za pomocą SEMG Biofeedbacku wygłosiła dr Annette

Booiman. Bardzo interesujące wystąpienie pt. „SEMG, a fun and useful tool in muscular dysfunction investigation and rehabilitation”, poświęcone zastosowaniu protokołu SEMG Biofeedback w terapii różnego rodzaju zaburzeń mięśniowych oraz połączeniu tej techniki z biofeedbackiem innych modalności, miał również dr Gabriel Sella, autor wielu artykułów i książek dotyczących rehabilitacji zaburzeń pochodzenia neuromięśniowego. Wśród prezentowanych tematów na uwagę zasługiwał także wykład dr. Asifa Hasana z USA pt. „New directions in psychiatric clinical practice – role of QEEG in diagnostics and therapeutics and combining Neurofeedback with TDCs and TMS”. Doktor Hasan przedstawił nowoczesne podejście do diagnostyki i terapii różnego rodzaju zaburzeń psychicznych, które stosuje w swojej praktyce lekarskiej. Podkreślił przede wszystkim istotę wykonania dobrej diagnostyki QEEG przed rozpoczęciem jakiegokolwiek terapii. Szczególnie interesujące wydaje się połączenie podczas terapii przezczaszkowej stymulacji prądem stałym (ang. *Transcranial Current Density Stimulation*, tDCS) lub przezczaszkowej stymulacji magnetycznej (ang. *Transcranial Magnetic Stimulation*, TMS) z wykonywaną równocześnie terapią LORETA Neurofeedback, wykorzystującą algorytm lokalizacji źródeł sygnału bioelektrycznego mózgu. Bardzo ciekawą pracę na temat specyficznych wzorców spoczynkowej aktywności mózgu u osób uzależnionych od internetu oraz urządzeń elektronicznych przedstawiła dr Mari Swingle z Kanady. Piotr Sobaniec z Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku oraz firmy Neuromaster zaprezentował wyniki badań, w których ocenie poddana została skuteczność różnych metod terapeutycznych, takich jak: neurofeedback, terapia pedagogiczna, poznawcza oraz hipoterapia, w poprawie funkcjonowania dzieci z autyzmem. W sesji poświęconej biofeedbackowi interesującą pracę przedstawił dr Rafał Sztembis z Rzeszowa, który jest kardiologiem

i specjalizuje się w leczeniu zawałów serca. Od lat zwraca on uwagę na znaczenie psychologicznych aspektów w etiologii i leczeniu tego rodzaju zaburzeń. Doktor Sztembis pokazał m.in. opracowany przez siebie model terapii, wykorzystujący założenia psychologii, mind-body medycyny, samoregulacji oraz biofeedbacku, który wykorzystuje w leczeniu pacjentów z zawałem serca.

Podczas konferencji miały miejsce dwie sesje plakatowe. Zaprezentowano w nich 30 prac. Na uwagę zasługuje kilka plakatów zespołu dr Strehl dotyczących wykorzystania wolnych potencjałów korowych czy też praca dr R. Warnke na temat zastosowania hemoencefalografii w terapii różnego rodzaju zaburzeń układu nerwowego. Podczas sesji posterowej dr Rafał Milner z Instytutu Fizjologii i Patologii Słuchu w Warszawie przedstawił plakat pt. „Patterns of bioelectrical resting activity in chronic bilateral tinnitus”, dotyczący wzorców aktywności spoczynkowej mózgu charakterystycznych dla pacjentów z obustronnym szumem usznym. Plakat ten zainicjował ciekawe dyskusje, m.in. z prof. Jayem Gunkelmanem, dr. Paulem Swinglem oraz dr. Miroslavem Nowotnym z Czech.

Podsumowując, 17. Konferencja Europejskiego Towarzystwa Biofeedback dzięki licznym warsztatom była przede wszystkim okazją do pozyskania praktycznych informacji na temat różnych metod wykorzystywanych w celu poprawy funkcjonowania psychofizycznego oraz terapii różnego rodzaju zaburzeń. Swoją wiedzę dzielili się najwięksi eksperci w dziedzinie EEG, QEEG, neurofeedback, biofeedback i mindfulness. Dzięki nim można było nie tylko poznać najnowsze teorie czy poglądy, lecz także uzyskać wiele cennych wskazówek do wykorzystania w praktyce klinicznej, płynących zarówno z ich szerokiej wiedzy, jak i bogatego doświadczenia.