

Presseinformation

„Dauerbrenner“ Kopfschmerz: Expertentelefon am 12. September 2022 zu Kopfschmerzen und Migräne

07.09.2022, Berlin – Spannungskopfschmerz, Clusterkopfschmerz, Sexualkopfschmerz oder COVID-19-assoziiertes Kopfschmerz: In Deutschland leiden etwa 54 Millionen Menschen an Kopfschmerzen und der Beratungsbedarf ist hoch. Egal, was Ihnen Kopfschmerzen bereitet: Die Deutsche Hirnstiftung bietet am 12. September, 15 – 17 Uhr, ein Expertentelefon zu Kopfschmerzen und Migräne an, bei dem Prof. Dr. Christian Maihöfner, Chefarzt der Klinik für Neurologie am Klinikum Fürth, die Fragen der Anrufer beantwortet. Interessierte werden gebeten, sich vorab online anzumelden.

In Deutschland leiden etwa 54 Millionen Menschen an Kopfschmerzen. Die Symptome reichen von gelegentlichen Spannungskopfschmerzen über häufige Migräne bis hin zu chronischem Clusterkopfschmerz.

„Kopfschmerzen sind kein Schicksal, sondern heute sehr effektiv zu behandeln“, sagt Prof. Dr. Christian Maihöfner, Chefarzt der Klinik für Neurologie am Klinikum Fürth. Der Experte der Deutschen Hirnstiftung steht am 12. September, 15 – 17 Uhr, im Rahmen des Expertentelefons für Fragen rund um das Thema Kopfschmerzen zur Verfügung. Interessierte werden gebeten, sich vorab anzumelden (<https://hirnstiftung.org/veranstaltungen/expertentelefon-kopfschmerzen-migraene>). In das Anmeldeformular können sie bereits ihre Fragen und Anmerkungen vorab eingeben. Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenfrei.

Manch einer mag nun denken, „was soll’s, wenn ich Kopfschmerzen habe, nehme ich halt Schmerztabletten und fertig“ – doch diese Strategie ist kurzsichtig und auf die Dauer kontraproduktiv. Denn freiverkäufliche Kopfschmerztabletten können, regelmäßig über eine längere Zeit eingenommen, zu Kopfschmerzen führen. „Bei vielen Betroffenen mit chronisch gewordenen Kopfschmerzen liegt eine sogenannter Medikamentenübergebrauchskopfschmerz vor, bei diesen Patientinnen und Patienten steht dann zunächst eine Schmerzmittelentwöhnung an“, so der Experte. „Von einem ‚Medication Overuse Headache‘ ist bereits auszugehen, wenn an über 15 Tagen pro Monat Kopfschmerzen auftreten und diese über einen Zeitraum von mehr als drei Monaten mit einem oder mehreren Schmerzmedikamenten behandelt wurden.“

Besser, als in die Apotheke zu gehen und sich mit Schmerzmedikamenten einzudecken, ist es, sich an eine spezialisierte Fachärztin/einen spezialisierten Facharzt zu wenden. So kann eine genaue Diagnose erfolgen und die bei der Kopfschmerzart wirksamste Therapie verschrieben werden. Außerdem erfolgt eine umfassende Beratung der Betroffenen, denn es gibt auch nicht-medikamentöse Möglichkeiten, um den Schmerz zu lindern und präventiv tätig zu werden.

Verschiedene Studien haben beispielsweise gezeigt, dass regelmäßiger Ausdauersport die Häufigkeit und Schwere von Migräneattacken signifikant lindern kann.

Eine neue Kopfschmerzindikation ist der COVID-19-assoziierte Kopfschmerz. Wie auch Viren der Herpes-Familie kann SARS-CoV-2 die Entstehung von täglich auftretenden, andauernden Kopfschmerzen („new daily persistent headache“/NDPH) auslösen – und bei vielen Betroffenen halten diese Schmerzen nach der Akuterkrankung oft über Monate an. Die Schmerzen sind typischerweise beidseitig (während Migräne typischerweise nur einseitige Schmerzen verursacht) und dumpf-drückend, also ähnlich wie Spannungskopfschmerzen, aber bei einem Teil der Betroffenen waren sie auch von einer Geräusch- oder Lichtempfindlichkeit oder Übelkeit und Erbrechen begleitet, was man ansonsten nur von der Migräne kennt. Auch bei täglichem Auftreten wird von der regelmäßigen Einnahme von Schmerzmitteln ohne Rücksprache mit einer Ärztin/einem Arzt abgeraten. „Es ist in dieser Situation natürlich schwer, auf Schmerzmedikamente zu verzichten, aber der vorsichtige, überlegte Einsatz von Schmerzmitteln zahlt sich langfristig aus. An Tagen mit geringerer Schmerzintensität können vielleicht Entspannungsübungen oder ein Spaziergang an der frischen Luft schon helfen. Man sollte in jedem Fall versuchen, nicht in den Teufelskreis des Medikamentenübergebrauchskopfschmerzes zu geraten“, so Prof. Maihöfner.

Die Deutsche Hirnstiftung stellt auf ihrer Website umfassende Informationen zu den verschiedenen Kopfschmerzarten, ihren Diagnosen und Therapien zur Verfügung:
<https://hirnstiftung.org/2021/10/kopfschmerzen>

Pressekontakt

Pressestelle der Deutschen Hirnstiftung

c/o Dr. Bettina Albers, albersconcept, Jakobstraße 38, 99423 Weimar

Tel.: +49 (0)36 43 77 64 23

E-Mail: albers@albersconcept.de