

# Migräne ist derzeit nicht heilbar

Millionen Menschen leiden unter Kopfschmerzen. Welche Arten es gibt und was man gegen Kopfschmerzen tun kann, darum drehte sich der „Talk im Klinikum“.

**Bad Salzingen** – Kopfschmerzen sind nicht gleich Kopfschmerzen. Es gibt ganz viele verschiedene Arten und Ursachen. In manchen Fällen können Kopfschmerzen sogar lebensbedrohlich sein.

Elena Weigel, Fachärztin für Neurologie am Medizinischen Versorgungszentrum, gab einen Überblick über die verschiedenen Kopfschmerz-Arten und erklärte, was man tun kann.

Ganz schnell zum Notarzt sollte man bei einer Hirnvenenthrombose. Diesen akuten, leicht verzögert einsetzenden Kopfschmerz beschreiben Patienten oft als vernichtenden Schmerz. Er kann mit epileptischen Anfällen, Bewusstseinsstörungen, Übelkeit und Erbrechen einhergehen. Schnellstmöglich reagieren sollte man bei einem Einriss der Gefäßwand.

Unter die Kategorie chronischer Kopfschmerz fallen Gefäßentzündungen der Schläfenarterien. Dieser starke, bohrend-stechende, einseitige Kopfschmerz wird durch Kauen verstärkt. Betroffen sind meist ältere Menschen. „Hier muss man einen Arzt aufsuchen“, rät Elena Weigel. Rasch behandelt werden sollten auch Kopfschmerzen, hervorgerufen durch Nasennebenhöhlenentzündungen, durch Grünen Star oder Bluthochdruck.

Von einer weiteren Kopfschmerzart – der Migräne – sind vor allem Frauen betroffen. Die Schmerzen sind meist einseitig, pochend, man ist lärm- und lichtempfindlich und kann unter Erbrechen leiden. Die Attacken dauern vier bis 72 Stunden. „Über die Ursachen für Migräne wird



Elena Weigel.



Viele Menschen leiden an Kopfschmerzen. Das Klinikum Bad Salzingen bietet eine Kopfschmerz-Sprechstunde an.

Foto (Archiv): dpa

immer noch diskutiert.“ Eine Möglichkeit ist das übermäßige Ausschütten von Botenstoffen. Adern er-

weitern sich, ihre Wände werden durchlässiger. Winzige Mengen Gewebeflüssigkeit treten in das umliegende Gewebe aus. Eine minimale, vorübergehende Schwellung entsteht. Sie drückt auf die Nerven und verursacht auf diese Weise die typischen Migräneschmerzen. Bei 80 Prozent der Patienten

kündigt sich die Migräneattacke Stunden oder auch bis zwei Tage vorher an: Müdigkeit, Stimmungslabilität, Heißhunger, Hyperaktivität, ver-

mehrtes Gähnen, Sprachstörungen oder Schwierigkeiten beim Lesen und Schreiben.

Auslöser für Migräneattacken können der Zyklusbeginn, die Verschiebung innerer Zyklen (unregelmäßige Mahlzeiten, Schlaf/Wachphasenwechsel), Stress, Medikamente, Umwelt oder Nahrungsmittel sein.

## Schmerz-Tagebuch führen

Was man tun kann: Reize ausschalten, für Entspannung sorgen, sich hinlegen, lokale Eisbehandlung, schlafen, Medikamente nehmen. Bei einer schweren Migräne sollte man unbedingt zum Arzt gehen.

Die Ärztin rät Betroffenen, ein Kopfschmerz-Tagebuch zu führen. Dieses kann Grundlage für eine Behandlung sein. Die Attackenhäufigkeit kann man um bis zu 50 Prozent reduzieren. „Ganz verschwinden werden sie aber nicht.“ Migräne ist durch derzeitige Therapien nicht heilbar.

Eine weitere Art ist der Spannungs-

kopfschmerz, ausgelöst durch Stress, Schlafmangel, muskuläre Fehlbelastung, fieberhafte Infekte oder Medikamentenmissbrauch. Durch ständige kleine Reize aus der Muskulatur wird das Schmerzabwehrsystem im Hirnstamm geschwächt. Schmerzinformationen dringen ungehindert in höhere Hirnregionen vor und werden als Kopfschmerzen wahrgenommen. Auch beim häufig auftretenden Spannungskopfschmerz empfiehlt es sich, ein Kopfschmerz-Tagebuch zu führen. Neben Medikamenten sollte man regelmäßig Entspannungstechniken anwenden, Termindruck, überhöhte Leistungsanforderungen und Bewegungsmangel meiden so-

wie für ausreichend Schlaf sorgen.

In wieder anderen Fällen kann der Kopfschmerz auch auf Erkrankungen der Halswirbelsäule zurückzuführen sein. Auch Herz-Kreislauferkrankungen und Bluthochdruck können Kopfschmerzen verursachen. mō

## Sprechstunde

■ Elena Weigel, Fachärztin für Neurologie am Medizinischen Versorgungszentrum Bad Salzingen, hält jeden Dienstag von 14 bis 16 Uhr eine Kopfschmerz-Sprechstunde ab. Eine Anmeldung ist erforderlich: ☎ 03695/646823.

ANZEIGE

Jetzt erhält