

Schmerztabletten allein sind beim Kopfschmerz kein Allheilmittel

Beim DZ-Forum Medizin hautnah geben Oberärzte wertvolle Tipps

VON JÖRG ABELS

Düren. Einen Seitenhieb auf das Versprechen der Werbung konnte sich Dr. Stefan Hegemann nicht verkneifen. Der Spruch: „Es gibt 37 Arten von Kopfschmerzen. Für alle gibt es ein Medikament“, sei ebenso falsch wie fatal, betonte der Oberarzt und Schmerztherapeut am Krankenhaus Düren. Denn wer den Ursachen des Kopfschmerzes – die Fachwelt spricht mittlerweile von mehr als 250 Arten – nicht auf den Grund gehe und permanent nur Schmerzmittel einnehme – am gefährlichsten seien Kombipräparate – laufe Gefahr, das Gegenteil zu erreichen. Die Experten sprechen von der 10:3:2-Formel. Wer häufiger als zehn Tage im Monat, länger als drei Tage hintereinander oder mehr als zweimal täglich Schmerzmittel einnimmt, muss mit Medikamenten-Kopfschmerz rechnen, Dauerschmerzen, die meist beidseitig den ganzen Kopf

betreffen. Das Gute, schob Hegemann gleich nach: Der Medikamenten-Kopfschmerz verschwindet wieder, wenn die Mittel abgesetzt werden. Was bleibt, sind die



Ursprungsschmerzen, denen Schmerztherapeuten wie der Oberarzt des Krankenhauses Düren intensiv auf den Grund gehen. „Ich nehme mir beim Erstgespräch bis zu zwei Stunden Zeit, um alle Hintergründe zu beleuchten“, betonte

der Mediziner und verwies darauf, wie wichtig es sei, dass der Patient einen Kopfschmerz-Kalender führt, der dem Arzt zeigt, wann und wo der Schmerz aufgetreten ist, welche Begleitsymptome aufgetreten sind, was gegebenenfalls der Auslöser sein könnte und welche Medikamente genommen wurden. In diesem Zusammenhang stellte Hegemann auch die Migräne-App vor, die es mittlerweile für Android-Smartphones und iPhones gibt.

Das Forum Medizin hautnah, das die DZ in Kooperation mit dem Krankenhaus Düren und der AOK anbietet, stand Dienstagabend ganz im Zeichen des Kopfschmerzes, speziell der Migräne. Hegemann erklärte die verschiedenen Schmerzkategorien – vom dumpf-drückenden Spannungskopfschmerz, der als „zu enger Hut“ empfunden wird, über den heftigen, einseitig im Bereich der Augenhöhle auftretenden Clusterkopfschmerz bis zur Trigeminusneuralgie, den vom Gesichtsnerv ausgehenden Schmerzen.

Während übliche Schmerzmittel neben dem Einreiben der Schläfe mit Pfefferminzöl beim Spannungskopfschmerz noch helfen können, sind sie bei den heftigen Attacken des Clusterkopfschmerzes, der im Bereich der Augenhöhle ansetzt, meist unwirksam. Helfen können aber die Inhalation von Sauerstoff und der Einsatz von Triptanen. Beim Trigeminus-Schmerz können neben Medikamenten auch operative Verfahren zur Anwendung kommen.

Der Aachener Neurologe Dr. Manuel Dafotakis ging speziell auf



Kopfschmerzen können sehr belastend sein, der Griff zur Schmerzpille aber reicht in der Regel nicht aus. Foto: Colourbox

die Migräne ein, die immer wiederkehrenden pulsierenden Attacken, die halbseitig auftreten und in 15 bis 20 Prozent der Fälle mit Wahrnehmungsstörungen (Aura) verbunden sind. Die Auslöser sind vielschichtig: Stress, Alkoholgenuss und Koffeinentzug können ebenso zu Migräne führen wie die Regelblutung bei Frauen, ein Wetterwechsel oder die Änderung des Schlaf-Wach-Rhythmus. Dass Migräne oft mit Übelkeit, extremer Licht- und Geräuschempfindlichkeit und Schmerzzunahme bei körperlicher Aktivität verbunden ist, macht es dem Patienten nicht einfacher. Schmerzmittel könnten zwar helfen, müssten aber zum Teil intravenös verabreicht werden, betonte Dafotakis. Wenn Migräne mehrfach im Monat aufträte, könnten nur Triptane helfen, die

die geweiteten und entzündeten Gefäße wieder verengen, aber eben nicht nur die, sondern auch Herzkranzgefäße, was in höherem Alter schon mal zu Problemen führen könnte. Zur Vorbeugung empfahl Dafotakis 15 Minuten Ausdauersport am Tag oder den Einsatz von Betablockern, die allerdings den Blutdruck senken und bei jedem vierten Mann Potenzprobleme mit sich bringen können.

Bei chronischer Migräne, betonte der Oberarzt, könne auch Botulinumtoxin eingesetzt werden, besser bekannt als „Botox“, wenn andere Arzneimittel nicht mehr helfen. Voraussetzung sind mindestens 15 Kopfschmerztag pro Monat, davon mindestens acht Tage mit Migräne. Botox blockiert die Nervenzellen und wirkt dadurch muskelentspannend.



Dr. Manuel Dafotakis (l.) und Dr. Stefan Hegemann beleuchteten das Thema Kopfschmerzen von mehreren Seiten. Foto: Abels