Migräne

Migräne ist eine der häufigsten neurologischen Erkrankung. Sie äußert sich in wiederkehrenden Kopfschmerz-Attacken, die meist nur eine Seite des Kopfes betreffen, und kann mit teils schweren Begleitsymptomen einhergehen. Dazu können individuell unterschiedliche Beschwerden wie Schwindel, Übelkeit, Licht- oder Geruchsempfindlichkeit und Sehstörungen zählen. Dauer und Häufigkeit der Migräneattacken sind ebenfalls von Patient*in zu Patient*in unterschiedlich. In schweren Fällen leiden die Betroffenen mehrere Tage bis Wochen pro Monat an starken Schmerzen.

Generell verschlimmern sich die Schmerzen während einer Migräne-Attacke, wenn der Betroffene körperlich aktiv ist. Das ist ein Merkmal, mit dem sich die Migräne von anderen Kopfschmerzarten wie Spannungskopfschmerzen abgrenzen lässt, da leichte körperliche Betätigung bei vielen Kopfschmerzformen häufig sogar zu einer Schmerzlinderung führt.

Symptome

Migräne ist mehr als „nur Kopfschmerzen“ und kann in schweren Fällen sogar zur Arbeitsunfähigkeit führen. Zwar sind Kopfschmerzen das Leitsymptom bei einer Migräne, aber sie unterscheiden sich in ihrer Stärke und Art von normalen Spannungskopfschmerzen. Zudem wird Migräne häufig von weiteren belastenden Symptomen begleitet.
Die wichtigsten Migräne-Symptome auf einen Blick:

- starke, pulsierende oder pochende, meist einseitige Kopfschmerzen
- Beschwerden verschlimmern sich bei Bewegung
- Übelkeit oder Erbrechen
- Licht- sowie Lärm- und Geruchsempfindlichkeit
- möglicherweise visuelle Erscheinungen (Aura), sensomotorische oder Sprachstörungen

Diagnose

Bei der Migräne-Diagnose kommt dem Gespräch zwischen Ärzt*innen und Patient*innen eine zentrale Bedeutung zu. Beim ersten Treffen versuchen die Behandelnden sowohl den allgemeinen Gesundheitszustand der Betroffenen wie auch das konkrete Beschwerdebild zu analysieren. Möglichst genaue und detaillierte Angaben der Patient*innen helfen dem Arzt oder der Ärztin bei der raschen Diagnosestellung.
Schwerpunkte der gezielten Befragung (Anamnese) sind:

- Zeitlicher Ablauf: Wie häufig und wie lange treten die Attacken auf?
- Charakter und Lokalisation: Wo genau und wie stark treten die Schmerzattacken auf? Werden sie von weiteren Migräne-Symptomen begleitet?
- Ursachen und Auslöser: Gibt es eine genetische Veranlagung, also zum Beispiel bekannte Migränefälle in der Familie? Stehen spezielle „Trigger“ im Verdacht, die Attacken auszulösen?
- Verhalten Patient*in: Was verstärkt die Kopfschmerzen? Führen die Schmerzen zu starken Beeinträchtigungen in der Arbeit oder im Familienleben?
- Medikamente: Können Schmerzmittel die Beschwerden lindern? In welcher Dosis? Nimmt der Patient weitere Medikamente ein und wenn ja, welche? Liegt vielleicht schon ein Medikamentenübergebrauch

vor?
- Befinden zwischen den Attacken: Gibt es beschwerdefreie Phasen zwischen den Attacken?

Ursachen

Vor allem in den letzten Jahrzehnten hat sich die Migräneforschung weiterentwickelt. Was die genauen Migräne-Ursachen betrifft, sind jedoch noch immer Fragen offen – bis heute sind sich Wissenschaftler uneinig darüber, ob Veränderungen von Blutgefäßen oder Nervenzellen verantwortlich für die Kopfschmerzerkrankung sind. Was jedoch viele Studien der letzten Jahre gezeigt haben, ist, dass es bestimmte Genvarianten gibt, die mit einer Migräne-Entstehung im Zusammenhang stehen.

Behandlungsmöglichkeiten

Ziel einer Migräne-Behandlung ist immer, zusammen mit den Behandelnden ein Therapieschema zu erarbeiten, das individuell auf den Einzelfall zugeschnitten ist. Dabei gibt es zwei Therapiesäulen: die Akut-Therapie, die im Falle einer Migräne-Attacke zum Einsatz kommt und die prophylaktische Therapie, die regelmäßig zur Vorbeugung von Attacken eingenommen wird.
Eine erfolgreiche und ganzheitliche Behandlung der Migräne, die sowohl medikamentöse als auch nicht-medikamentöse Möglichkeiten in Betracht zieht, beginnt mit einer für die Patient*innen verständlichen und ausführlichen Aufklärung.
Die Therapieplanung besteht aus den folgenden Punkten:

- Beratung (Informationen zur Erkrankung sowie Klärung von Auslösern (Trigger))
- Verhaltensmaßnahmen (z.B. persönliche Migräneauslöser erkennen und meiden)
- Selbstbeobachtung und Verlaufskontrolle
- Therapie und Vorbeugung der Attacken (medikamentös und/oder nicht-medikamentös)
- Erfolgskontrolle

Weitere Informationen unter

Leben & Migräne (leben-und-migraene.de)

„Migräne muss in alle Köpfe“ zur Unterstützung von Menschen mit Migräne im Arbeitsumfeld

Migräne ist eine häufige und ernstzunehmende neurologische Erkrankung: Die Patienten leiden unter moderaten bis schweren, oft halbseitig auftretenden, „pochenden“ Kopfschmerzen, die bis zu vier Tage lang anhalten. Hinzu kommen Übelkeit und/oder eine Überempfindlichkeit gegenüber Licht, Geräuschen, Gerüchen oder Hautkontakt. Der Schmerz verschlimmert sich, sobald sich die Patienten bewegen [1].

Erfahren Sie mehr

Source URL: *https://www.novartis.com/de-de/patientinnen/krankheitsgebiete-technologieplattformen/neurologie/migraene*

List of links present in page

- https://www.novartis.com/de-de/de-de/patientinnen/krankheitsgebiete-technologieplattformen/neurologie/migraene
- https://www.leben-und-migraene.de/
- https://www.novartis.com/de-de/de-de/geschichten/migraene-muss-alle-koepfe-zur-unterstuetzung-von-menschen-mit-migraene-im-arbeitsumfeld