

Kopfschmerzen und Migräne im Fokus

Anlässlich des Europäischen Kopfschmerz- und Migränetages am 12. September rückt das Zentrum für Spezielle Schmerzmedizin an der Sportklinik Hellersen die Herausforderungen von Migräne und Kopfschmerzen in den Vordergrund. Schließlich ist Migräne die häufigste neurologische Erkrankung in Deutschland. Laut Angaben der Deutschen Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft treten in Deutschland täglich etwa 350.000 Migränefälle auf. Dr. Wolfgang Welke, Chefarzt der Speziellen Schmerzmedizin an der Sportklinik Hellersen, beleuchtet die wichtigsten Aspekte der Erkrankung.

Migräne ist eine besonders schwere Form von Kopfschmerzen, die sich durch pulsierende, oft einseitige Schmerzen auszeichnet und häufig von Übelkeit sowie Lichtempfindlichkeit begleitet wird. „Migräne ist eine äußerst belastende Art von Kopfschmerz, die viele Menschen betrifft und deren Lebensqualität erheblich einschränkt“, erläutert Dr. Wolfgang Welke. Zu den typischen Warnzeichen gehören Gesichtsfeldausfälle und Augenflimmern. Außerdem kann Migräne in unterschiedlicher Frequenz auftreten, weshalb je nach Schweregrad eine gezielte Behandlung erforderlich ist. Während akute Anfälle oft mit Schmerzmitteln behandelt werden, ist bei chronischen Verläufen möglicherweise eine medikamentöse Prophylaxe notwendig.

Neben der medikamentösen Behandlung spielt die präzise Diagnose eine entscheidende Rolle im Umgang mit Migräne. Eine exakte Bestimmung der Kopfschmerzart ist unerlässlich, um eine wirksame Therapie zu entwickeln. Hierbei kommt häufig das Führen von Kopfschmerztagebüchern zum Einsatz. Diese Tagebücher dienen dazu, genaue Muster zu identifizieren – wann die Schmerzen auftreten, wie lange sie andauern und unter welchen Bedingungen sie sich verschlimmern oder verbessern. „Es ist wichtig, der Ursache auf den Grund zu gehen“, betont Dr. Wolfgang Welke, Chefarzt der Speziellen Schmerzmedizin an der Sportklinik Hellersen.

Durch das Führen eines Kopfschmerztagebuchs können Patienten und Ärzte gemeinsam Rückschlüsse auf mögliche Auslöser und spezifische Schmerzcharakteristika ziehen. Diese Informationen sind entscheidend, um individuelle Behandlungsstrategien zu optimieren. Beispielsweise lassen sich dadurch Begleiterkrankungen, die die Migräne verstärken oder beeinflussen, besser erkennen und behandeln. Ein häufiges Beispiel hierfür sind Probleme im Bereich der Halswirbelsäule, wie Bandscheibenvorfälle oder Verengungen der Spinalnerven, die zu sogenannten zervikogenen Kopfschmerzen führen können. Diese Kopfschmerzen entstehen durch Funktionsstörungen in der Halswirbelsäule oder im Nackenbereich und können sich bis in den Kopf ausbreiten, was einen Migräneanfall zusätzlich verstärken kann.

Indem solche Begleiterkrankungen frühzeitig erkannt und in die Therapie einbezogen werden, kann nicht nur die Anfallshäufigkeit, sondern auch die Intensität der Migräne reduziert werden.

Ein weiteres Augenmerk liegt auf der Vermeidung von Migräne-Trigger, die von Magnesiummangel über Stress bis hin zu Schlafmangel reichen können. Durch eine ganzheitliche Herangehensweise, die sowohl medizinische als auch verhaltenstherapeutische Maßnahmen umfasst, kann die Lebensqualität der Betroffenen erheblich verbessert werden. „Werden bereits einige Faktoren verändert, nimmt die Anzahl der Anfälle bereits ab“, meint Dr. Wolfgang Welke und betont: „Und das ist immer das Ziel: möglichst wenige Migräneanfälle.“

Die Sportklinik Hellersen ist eine bundesweit führende Spezialklinik für Orthopädie, Unfallchirurgie, Schmerzmedizin und Sportmedizin. Sie ist auf die Behandlung orthopädischer und traumatologischer Erkrankungen sowie Verletzungen und den Einbau künstlicher Gelenke (Endoprothesen) spezialisiert. Als sportmedizinisches Untersuchungszentrum des LSB und DOSB berät das Ärzteteam zudem Freizeit- und Breitensportler und untersucht sie auf ihre Gesundheit und Leistungsfähigkeit. Abgerundet wird das Leistungsspektrum mit der Plastischen und Ästhetischen Chirurgie sowie dem regional einzigartigen Zentrum für Spezielle Schmerzmedizin. Die mehr als 50 Mediziner sind hoch spezialisiert und gehören zu den führenden Medizinern auf ihrem Gebiet. Das Team von insgesamt mehr als 500 Mitarbeitern versorgt mit 260 Betten jährlich rund 8.000 Patienten stationär sowie 40.000 Patienten ambulant. Träger der Sportklinik Hellersen ist der Sporthilfe NRW e.V.

Pressekontakt: Sportklinik Hellersen
Marketing und Kommunikation, marketing@hellersen.de
Sarah Burghaus, Pressesprecherin, Leitung Marketing und Kommunikation,
Sarah.Burghaus@hellersen.de