NEUROLOGIE
AM SCHLOSSPARK

# KOPFWEH
## ALLGEMEIN

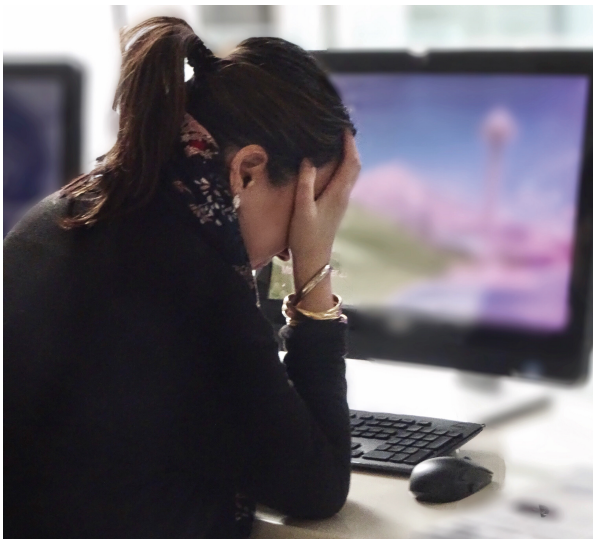
Kopfweh ist eines der häufigsten Symptome, warum Menschen einen Arzt aufsuchen. Die Ursachen von Kopfweh sind allerdings zahlreich und die korrekte Kopfweh-Diagnose ist der erste Schritt für eine erfolgreiche Behandlung. Um die Ursache der Kopfschmerzen herauszufinden, ist zunächst eine systematische Erfassung der Krankengeschichte und eine klinisch-neurologische Untersuchung von zentraler Bedeutung.

Um anhand der geschilderten Kopfwehcharakteristika, deren zeitlichen Auftreten sowie allfälligen Begleitphänomenen zur korrekten Diagnose zu gelangen, sind von Seiten des Arztes genaues zuhören und klinische Erfahrung notwendig. In manchen Fällen kann es notwendig sein eine ergänzende Schnittbildgebung des Kopfes (z.B. MRI Untersuchung) durchzuführen; bei akut aufgetretenen Kopfschmerzen bisher unklarer Ursache und/oder neuen neurologischen Defiziten sollte eine solche Bildgebung i.d.R. notfallmässig durchgeführt werden.

Wenngleich in den meisten Fällen keine gefährliche Grunderkrankung den Kopfwehbeschwerden zugrunde liegt, so kann bei hochfrequenten episodischen oder chronischen Kopfschmerzen die Lebensqualität der Betroffenen hochgradig eingeschränkt sein. Die häufigsten Ursachen von episodischen oder chronischen Kopfschmerzen sind die Migräne und der Spannungskopfschmerz.

Für eine erfolgreiche Behandlung dieser Kopfweh-Entitäten ist die „Mitarbeit“ des Patienten von entscheidender Bedeutung. Die konsequente Dokumentation der Kopfschmerzepisoden und eingenommenen Schmerzmedikation, ebenso wie das Erfassen möglicher Triggerfaktoren sowie Begleitsymptome sind unabdingbar, um den Erfolg von Therapiemassnahmen zu beurteilen.

Wir empfehlen Ihnen diese Aspekte Ihrer Kopfweh-Erkrankung mit Hilfe eines Kopfweh-Kalenders zu dokumentieren. Einen solchen Kopfweh-Kalender können Sie entweder traditionell in Papierform führen oder mit Hilfe einer elektronischen App.



Die Identifikation von Triggerfaktoren sowie die Modifikation des Lebensstils mit Hilfe des Kopfweh-Kalenders können bei einer Vielzahl von Patienten bereits zu einer signifikanten Verbesserung der Beschwerden führen. Wenn trotz optimaler lebensstil-modifizierender Massnahmen und Anpassung der Akutmedikation für die Behandlung von Kopfweh-Attacken keine ausreichende Verbesserung der Lebensqualität erzielt werden kann, besprechen wir mit Ihnen die Möglichkeit einer Kopfwehprophylaxe.

Die Auswahl einer allfälligen Kopfweh-Prophylaxe erfolgt stets individuell abgestimmt auf Ihre Bedürfnisse und Wünsche.

## AKUTTHERAPIE VON KOPFWEH

Die Akuttherapie zur Behandlung Ihrer Kopfschmerzen sollte vor allem ein Ziel haben:

*eine schnelle Schmerzfreiheit möglichst ohne Nebenwirkungen.*

Auch für die optimale Auswahl der Akutmedikation ist es wichtig die Ursache zu kennen, hierfür muss die korrekte Kopfweh-Diagnose gestellt werden. Die bedarfsweise Einnahme von Schmerzmedikamenten im Rahmen einer Kopfweherkrankung sollte im Verlauf ebenso dokumentiert werden wie die behandelten Kopfschmerzepisoden.

Grund hierfür ist die Tatsache dass die regelmässige Einnahme von vielen Schmerzmitteln auch die Gefahr bergen kann, dass sich die Kopfschmerzen chronifizieren. Man spricht in einem solchen Fall von einem Schmerzmittel oder Medikamenten-Übergebrauchs Kopfschmerz. Bevor es dazu kommt, dass Sie aufgrund einer hohen Kopfweh-Frequenz regelmässig Schmerzmittel einnehmen müssen, sollten Sie sich bezüglich einer Kopfweh-Prophylaxe bei uns beraten lassen.

## KOPFWEH PROPHYLAXE

Der Beginn einer Kopfwehprophylaxe empfiehlt sich immer dann, wenn das Kopfweh mit einer hohen Frequenz auftritt und ein hoher Leidensdruck im Alltag und Berufsleben entsteht. Grundsätzlich sind verschiedene Arten der Kopfwehprophylaxe verfügbar: nicht-medikamentöse, diätetische z.B. Nahrungsergänzungsmittel und medikamentöse Therapieansätze.

Erfreulicherweise sind für die Prophylaxe der hochfrequenten und chronischen Migräne inzwischen neue Therapieoptionen verfügbar. Wir berücksichtigen bei der Auswahl der Kopfwehprophylaxe u.a. stets die gestellte Kopfschmerz-Diagnose und Ihre Vorerkrankungen. Gemeinsam mit Ihnen diskutieren wir Ihnen unter Berücksichtigung des individuellen Leidensdrucks dann die für Sie geeigneten Therapieoptionen.

Entscheidend für die Beurteilung der Wirksamkeit einer Therapie ist neben der regelmässigen Einnahme / Applikation insbesondere auch die konsequente Dokumentation der Kopfwehfrequenz- und Intensität mit Hilfe eines Kopfwehkalenders.

Erst nach einem mehrmonatigen und korrekt durchgeführten Therapieversuch, beurteilen wir gemeinsam mit Ihnen und anhand des Kopfwehkalenders, ob eine Verbesserung eingetreten ist. Eine erfolgreiche Kopfwehbehandlung erfordert stets auch Ihre aktive Mitarbeit und Auseinandersetzung mit der Erkrankung. Managen Sie gemeinsam mit uns Ihre Kopfweh-Erkrankung und vereinbaren Ihren Beratungs-Termin.



NEUROLOGIE
AM SCHLOSSPARK

**VRONI CHANG**, DR. MED.
**BERNHARD DÉCARD**, DR. MED.
**DIRK FISCHER**, PROF. DR. MED.
**PATRICIA HAFNER**, DR. MED.

FACHÄRZTE-/INNEN FÜR NEUROLOGIE

Neurologie am Schlosspark

Parkstrasse 5 | 4102 Binningen
+ 41 61 511 55 33
neurologie.schlosspark@hin.ch