



## KOPFSCHMERZEN MUSS MAN DIESE WIRKLICH ERTRAGEN?

*Marcela Winkler*

*Fachärztin für Allgemeinmedizin - Naturheilverfahren  
und Schmerztherapie*

Kopfweg kennt fast jeder. Wenn die Kopfschmerzen allerdings, über einen längeren Zeitraum hinweg, in kurzen zeitlichen Abständen auftreten, ist die alleinige Einnahme von Schmerzmitteln oft nicht ausreichend wirksam. In diesem Fall ist eine diagnostische Abklärung notwendig, um die Ursache der chronischen Kopfschmerzen erkennen zu können.

Folgende Ursachen können z.B. chronische Kopfschmerzen auslösen:

Erkrankungen der Wirbelsäule, muskuläre Verspannungen, Erkrankungen der Zähne, Erkrankungen der hirnversorgenden Gefäße, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Verspannen durch körperliche oder seelische Überforderungen und vieles mehr. Oft allerdings wird bei der Abklärung von chronischen Kopfschmerzen keine organisch fassbare Ursache gefunden.

Chronische Kopfschmerzen können die Lebensqualität der Betroffenen sehr belasten und die familiären, sozialen und beruflichen Potenziale einschränken. In Deutschland leiden ca. 54 Millionen Menschen unter chronischen Kopfschmerzen. Die häufigsten davon sind Migräne und Spannungskopfschmerzen.

Migräneanfälle treten besonders häufig zwischen dem 35. und 45. Lebensjahr auf. In diesem Alter sind Frauen dreimal häufiger als Männer betroffen. Typisch für Migräne sind pulsierende Kopfschmerzen, die sich auf eine Kopfhälfte beschränken können. Bei körperlicher Betätigung können sie sich verstärken. Die Schmerzen treten anfallweise auf, oft begleitet von Symptomen wie Lärm- und Lichtempfindlichkeit. Die Patienten sehen Blitze vor den Augen oder haben ein eingeschränktes Gesichtsfeld. Weitere Symptome sind beispielsweise Taubheitsgefühle in den Armen oder im Gesicht.

Die genauen Ursachen der Migräne sind unbekannt. Forschungsergebnisse belegen, dass es sich oft um eine biologisch begründete Funktionsstörung des Gehirns handelt. Deshalb können Triggerfaktoren wie z.B. Stress, Hormonschwankungen, Änderungen im Schlaf-Wachrhythmus, Wetterwechsel oder bestimmte Nahrungsmittel Migräneanfälle auslösen.

Werden chronifizierte Kopfschmerzen nicht oder zu spät behandelt, können zusätzliche Krankheiten wie Schlafstörungen, Angstzustände oder depressive Verstimmungen auftreten.

Um der Chronifizierung dieser Schmerzerkrankung entgegen zu treten wurden Therapiekonzepte entwickelt, die dem betroffenen Patienten in seiner körperlichen und seelisch-geistigen wie auch seiner sozialen Befindlichkeit erfasst. Dabei kommen ergänzend zu der erforderlichen medikamentösen Therapie zusätzliche behandlungsformen zur Anwendung wie Physiotherapie, Kunsttherapie, Heileurythmie, Akupunktur, Neuraltherapie, Psychotherapie und äußere Anwendungen. Wesentlich sind auch Entspannungstechniken sowie verhaltenstherapeutische Einzel- und Gruppengespräche zur Vermittlung und zum Erlernen von Schmerzbewältigungsstrategien.

Als Zentrum für multimodale Schmerztherapie bietet die Klinik Öschelbronn diese Therapien entweder teilstationär oder vollstationär an. Die Klinik Öschelbronn hat Verträge mit allen Krankenkassen.

Nähere Informationen und ein Anmeldeformular zur ganzheitlichen Schmerztherapie erhalten Sie in der Aufnahme der Klinik, Tel.: 07233-68265 und unter [www.klinik-oeschelbronn.de](http://www.klinik-oeschelbronn.de).