



Migräne

Die Migräne (griech. hemikrania - halber Schädel) ist eine neurologische Erkrankung mit einem vielgestaltigen Krankheitsbild.

Bei Erwachsenen ist sie typischerweise durch einen anfallsartigen, pulsierenden und halbseitigen Kopfschmerz gekennzeichnet, dessen Dauer zwischen 60 min und bis zu 3 Tagen variiert.

Häufige Begleitsymptome sind Übelkeit, Erbrechen, Lichtempfindlichkeit oder Geräuschempfindlichkeit.

Migräne geht in ca. 15 bis 20 % der Fälle mit einer Aura einher. Es treten in der Auraphase Gesichtsfeldausfälle, Störungen des Geruchsempfindens, Sensibilitätsstörungen, Gleichgewichtsstörungen, Sprachstörungen oder andere neurologische Ausfälle auf.

Häufige Auslöser einer Migräne sind

- Stress
- Schlafmangel
- Muskelverspannungen im Kopf-, Hals- und Schulterbereich
- Wetterschwankungen
- Reizüberflutungen
- Flüssigkeitsmangel
- starke körperliche Belastung
- Nikotinkonsum (Aktiv- und Passivrauchen)

Therapie und Prophylaxe

Was die Auslöser (Trigger) sind, erfährt man z.B. mit Hilfe eines Kopfschmerzkalenders, der in der Arztpraxis erhältlich ist.

Gerne beraten wir Sie, wie Sie **Ihre Anfallshäufigkeit** und **-intensität reduzieren können**.