

## **Migräne – Therapie**

**Spätestens bei mittelschweren bis schweren Migräne-Anfällen sollten Betroffene zum Arzt gehen. Denn diese bedürfen nach den Empfehlungen der Deutschen Migräne- und Kopfschmerz-Gesellschaft (DMKG) verschreibungspflichtiger Medikamente. Schmerzmittel, die rezeptfrei in der Apotheke erhältlich sind, helfen oft nicht nachhaltig und können bei dauerhafter Einnahme sogar gefährliche Nebenwirkungen verursachen.**

### **Akute Schmerzbehandlung**

- Für eine ärztlich verordnete, wirkungsvolle medikamentöse Therapie ist die Schwere der Migräne-Attacken entscheidend. Dabei unterscheidet man leichte bis mittelschwere und schwere Attacken.
- Daneben ist die Häufigkeit der Attacken wichtig, um eine optimale Behandlung einzuleiten. Werden Medikamente gegen Migräne sehr häufig eingenommen, können dadurch Dauerkopfschmerzen entstehen oder Nebenwirkungen auftreten.
- Als allgemeine Maßnahme sollten sich Patienten bei einem Anfall in einen abgedunkelten, ruhigen Raum zurückziehen. Vielen hilft Schlaf oder eine kühlende Kompresse.
- Leichte bis mittelschwere Migräne-Attacken werden mit Schmerzmitteln (Analgetika) wie Acetylsalicylsäure (ASS), Paracetamol, Ibuprofen oder Diclofenac behandelt. Meist wird zusätzlich ein Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen (Antiemetikum) empfohlen.
- Schwere Attacken müssen mit spezifischen Migräne-Medikamenten behandelt werden. Am wirkungsvollsten sind dabei laut der DMKG Medikamente der Wirkstoffklasse der Triptane. Diese sollten allerdings nicht öfter als zehnmal pro Monat eingenommen werden, da es sonst zu einem sogenannten medikamenteninduzierten Dauerkopfschmerz kommen könnte.
- Bei sehr schweren und sehr lang andauernden Migräne-Attacken kann Ihr Arzt im Ausnahmefall noch weitere Wirkstoffe verordnen.

### **Vorbeugung**

- Ab einer Häufigkeit von mindestens sechs Migränetagen im Monat wird eine Migräneprophylaxe empfohlen. Sie hat das Ziel, dass die Akutbehandlung weiter wirksam ist und durch die häufige Einnahme von Akutmedikamenten bedingter Dauerkopfschmerz vermieden wird.
- Zur Vorbeugung werden in der Regel Betablocker verordnet.

**Zwei Drittel der Migräne-Patienten gehen trotz der Kopfschmerzen nicht zum Arzt. Dies ist ein Fehler, denn einerseits bedürfen Attacken ab einem mittelschweren Grad verschreibungspflichtiger Medikamente. Andererseits können, wenn auch selten, andere Krankheiten die Ursache der Kopfschmerzen sein. Richtig heilen lässt sich Migräne leider nicht. Aber die Kopfschmerz-Attacken lassen sich mit individueller medikamentöser Therapie, je nach der Schwere der Anfälle, erfolgreich lindern.**