

## **Migräne – Symptome während einer Attacke**

**Bei der Migräne kommt es attackenweise zu heftigen, häufig einseitigen pulsierend-pochenden Kopfschmerzen. Typisch für die Migräne sind auch ihre Begleiterscheinungen: Übelkeit und Erbrechen, Licht- und Lärmempfindlichkeit sowie eine negative Gefühlslage gehören zu den bekanntesten Symptomen.**

### **Verlauf einer Attacke**

- Eine typische Migräne verläuft in den folgenden Phasen:
  - Häufig beginnt eine Migräne-Attacke mit einer Vorphase. Zu den psychischen Symptomen gehören depressive Verstimmung, Überaktivität, Euphorie, Irritierbarkeit, Unruhe oder ein Gefühl der Benommenheit.
  - Neurologische Anzeichen sind Lichtempfindlichkeit, Konzentrationsstörungen, Sprachstörungen, Müdigkeit und Gähnen.
  - Des Weiteren kann es zu Verstopfung und Ödemen (Wasseransammlung) kommen. Viele Patienten, besonders Frauen, haben einen Heißhunger auf süße oder fette Nahrungsmittel.
- Bei manchen Patienten geht der eigentlichen Kopfschmerzattacke noch eine Aura voraus. Fast immer treten dabei visuelle Ausfallerscheinungen auf.
- Darüber hinaus kommt es häufig zu Sensibilitätsstörungen, seltener sind Sprachstörungen oder motorische Störungen.
- Die Kopfschmerzattacke besteht in der Regel aus mittelschweren bis schweren, pulsierenden oder pochenden Kopfschmerzen. Sie sind häufig einseitig, wobei die Seite innerhalb eines Migräne-Anfalls oder von Attacke zu Attacke wechseln kann.
- Bei etwa einem Drittel der Patienten oder Attacken sind die Schmerzen jedoch beidseitig. Zu Beginn sind sie häufig im Nackenbereich lokalisiert, später sind die Schmerzen oft im Bereich der Schläfe, der Stirn oder der Augenregion am intensivsten.
- Manche Patienten schlafen am Ende einer Migräne-Attacke, danach sind die Kopfschmerzen häufig abgeklungen. In der darauffolgenden Rückbildungsphase können Symptome wie in der Vorphase auftreten, dazu gehören erhöhtes Harnvolumen und Stimmungsschwankungen.

### **Begleitsymptome einer Migräne**

- Fast jede Migräne-Attacke wird von Symptomen begleitet, die für manche Patienten unangenehmer sind als die Kopfschmerzen selbst.
- Die überwiegende Mehrheit leidet unter Appetitlosigkeit, 80 bis 90 Prozent unter Übelkeit und 60 Prozent an Erbrechen. Ebenfalls häufig kommt es zu Licht- und Lärmempfindlichkeit. Weitere Begleiterscheinungen sind Magen- und Bauchschmerzen, Durchfall, erhöhtes Harnvolumen, Schweißausbrüche,

Herzrhythmusstörungen mit Anstieg der Herzfrequenz, kalte Extremitäten und Zittern.

- Während einer Migräne-Attacke sind die meisten Betroffenen fahl und bleich, die Augen und Wangen sind eingefallen, die Haut sieht trocken, angespannt und welk aus. Zudem kann es zu einer Rötung der Augen und zu Tränenfluss kommen. Manche Patienten spüren im Bereich der Nasennebenhöhlen oder im Nasen-Rachen-Raum einen pochenden, pulsierenden Schmerz. Darüber hinaus kann die Nase entweder tropfen oder verstopft sein.
- Auffällig ist, dass während einer Attacke jegliche Sinnesreizungen unangenehm sind. Neben einer Lärm- und Lichtempfindlichkeit reagieren Menschen während einer Attacke sensibel auf Gerüche. Sind diese unangenehm, kann das zu Erbrechen führen. Tröstende Hände, die über die Haut streicheln, werden teilweise ebenfalls als sehr unangenehm empfunden.
- Auch die Gefühlslage ist zum Zeitpunkt einer Migräne stark verändert. Emotionale Empfindungen vor der Attacke wie Depressivität, Ängstlichkeit, Ärger, Empfindlichkeit oder Müdigkeit verstärken sich drastisch. Vorher positive Stimmungslagen sind dagegen deutlich minimiert. Schlafen Patienten während einer Attacke, haben sie häufig wirre Träume und fühlen sich nach dem Aufwachen erschöpft.

**Eine Migräne-Attacke verläuft meist in drei bis vier Phasen, die durch bestimmte Begleiterscheinungen gekennzeichnet sind:**

- **Stimmungsschwankungen,**
- **visuelle Ausfallerscheinungen,**
- **Übelkeit und**
- **Erbrechen**