

Was ist eine vorbeugende Migränebehandlung (Prophylaxe)?

Die medikamentöse Prophylaxe mit einem Medikament, das kein Schmerzmittel ist, hat folgende Ziele:

- die Zahl der Tage mit Kopfschmerzen zu reduzieren,
- verbleibende Kopfschmerzen zu lindern und
- das Ansprechen auf die Akuttherapie zu verbessern.

Sie gewinnen Lebensqualität, weil Sie häufiger schmerzfreie Tage haben und weniger Akutmedikation brauchen. So reduzieren Sie auch das Risiko, dass Ihre Kopfschmerzen durch die häufige Einnahme von Schmerzmitteln chronisch werden.

Wie lange wird eine Migräneprophylaxe durchgeführt?

Die Behandlung mit Metoprolol ist nicht als lebenslange Therapie angelegt. Ob die Medikation wirksam ist, wird 8–12 Wochen nach Erreichen der Zieldosis beurteilt. Bei guter Verträglichkeit und Wirksamkeit wird die Therapie 9–12 Monate weitergeführt; dann kann ein Auslassversuch vorgenommen werden.

Folgende Punkte sind für Sie besonders wichtig:

- Die vorbeugende Wirkung von Metoprolol setzt nicht sofort ein. Der Wirkeffekt zeigt sich nach ca. 8–12 Wochen.
- Es ist wichtig, das Medikament regelmäßig einzunehmen, selbst wenn Sie zunächst nur Nebenwirkungen verspüren, aber noch nicht die gewünschte Wirkung.
- Nebenwirkungen treten seltener auf, wenn die Dosis langsam erhöht wird. Sollte es dennoch zu Nebenwirkungen kommen, lassen diese in der Regel nach einigen Tagen nach und verschwinden schließlich ganz. Bei anhaltenden Nebenwirkungen muss die Dosierung ggf. durch Ihre/n Ärztin/Arzt angepasst werden.
- Bessern sich Nebenwirkungen unter Metoprolol selbst bei reduzierter Dosis nicht, sollten Sie mit Ihrer/m Ärztin/Arzt besprechen, wie Metoprolol wieder abgesetzt werden soll. Bleibende Nebenwirkungen selbst nach dem Absetzen müssen Sie nicht befürchten.
- Während der Behandlung mit Metoprolol können bei Migräneattacken weiterhin die Medikamente eingesetzt werden, die Sie auch bislang zur Akuttherapie der Migräne genommen haben (wie z. B. Triptane, frei verkäufliche Schmerzmittel etc.)
- Metoprolol ersetzt die nichtmedikamentösen Maßnahmen der Migränetherapie nicht. Das Betreiben von regelmäßigem Ausdauersport (z. B. Joggen, Schwimmen, Radfahren) und/oder das Erlernen von Entspannungstechniken zum Abbau von Stressbelastung sollten Sie unbedingt weiterverfolgen.

Wie wirkt eine vorbeugende Behandlung?

Eine medikamentöse Prophylaxe verändert die Erregbarkeit der Nervenzellen im Gehirn oder die Schmerzverarbeitung im Hirnstamm. Dies geht allmählich vonstatten. Daher setzt die Wirkung verzögert ein und kann häufig erst nach 2–3 Monaten beurteilt werden.

Mit einer Prophylaxe wird in der Regel keine völlige Beschwerdefreiheit erreicht. Ein realistisches Ziel ist eine Halbierung der Tage mit Migräne und eine Abnahme der Schmerzintensität. Zur Beurteilung der Wirksamkeit der Prophylaxe sollten Sie einen Kopfschmerzkalender führen: Laden Sie z. B. die DMKG-App auf Ihr Handy herunter oder drucken Sie sich einen Kopfschmerzkalender aus, z. B. unter <https://dmkg.de/patienten/dmkg-kopfschmerzkalender>.

Wie wirkt Metoprolol?

Metoprolol ist ein Betarezeptorenblocker. Metoprolol wurde primär zur Regulation des Blutdrucks und zur Behandlung bestimmter Herzrhythmusstörungen entwickelt. Bald wurde auch seine migräneprophylaktische Wirkung entdeckt und in zahlreichen Studien nachgewiesen. Allerdings ist der genaue Wirkmechanismus bei der Migräne bislang nicht bekannt.

Metoprolol kann bereits in niedriger Dosierung von 50 mg pro Tag bei Migräne prophylaktisch wirken. Manche Betroffene benötigen jedoch auch Dosierungen von bis zu 200 mg pro Tag. Meist dauert es bis zum Einsetzen der gewünschten Wirkung 2–3 Monate. Falls nicht anders verordnet, nehmen Sie Metoprolol nach dem folgenden Dosierschema ein.

	morgens	mittags	abends	
Metoprolol retard	0	0	25 mg	Woche 1
Metoprolol retard	0	0	50 mg	Woche 2

- Vor der ersten Einnahme sollte ein EKG durchgeführt werden.
- Tritt bereits bei 50 mg täglich eine gute Wirkung ein, muss nicht weiter gesteigert werden.
- In Abhängigkeit von Wirkung und Verträglichkeit kann die Dosis nach Rücksprache mit Ihrer/m Ärztin/Arzt auf mehr als 50 mg/Tag gesteigert werden.

Mögliche Nebenwirkungen bei der Anwendung von Metoprolol

Wenn es zu Nebenwirkungen kommt, dann meist in der Eindosierungsphase zu einem Zeitpunkt, an dem Sie noch keine migräneprophylaktische Wirkung verspüren. In der Regel nehmen diese Nebenwirkungen aber ab, weil sich der Körper an die Substanz gewöhnt. Bei starken Nebenwirkungen muss die Dosis evtl. langsamer gesteigert werden als oben vorgeschlagen.

Am häufigsten sind Müdigkeit, Benommenheitsgefühle, Schwindel, Verlangsamung der Herzfrequenz, Mundtrockenheit und Kreislaufprobleme beim Aufstehen nach längerem Sitzen. Bei einem Teil der Betroffenen kann es zu einer leichten Gewichtszunahme kommen. Weitere seltener Nebenwirkungen sind Schlafstörungen und depressive Verstimmungen. Gelegentlich kann es bei Männern zu Störungen der Erektion kommen. Alle Nebenwirkungen bilden sich rasch und vollständig nach Absetzen von Metoprolol zurück.

Wann dürfen Sie Metoprolol nicht anwenden?

Bestimmte EKG-Veränderungen und ein sehr langsamer Herzschlag sind Kontraindikationen für die Behandlung mit Metoprolol. Daher sollte vor allem bei Patientinnen und Patienten mit Herzproblemen in der Vorgeschichte vor Beginn der Einnahme eine EKG-Untersuchung erfolgen.

Metoprolol darf nicht bei Asthma bronchiale angewendet werden.

Vorsicht ist außerdem bei Diabetes mellitus angezeigt, weil Metoprolol die Warnsymptome einer Unterzuckerung verschleiern kann. Bitte informieren Sie Ihre/n Ärztin/Arzt über alle Medikamente, die Sie einnehmen, um mögliche Wechselwirkungen zu vermeiden.

Metoprolol kann eine Schuppenflechte (Psoriasis) verschlechtern.

Informationen und Internet-Angebote der Deutschen Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft e.V. (DMKG) einschließlich Aufklärungsbögen, Lehrvideos und Podcasts erheben weder einen Anspruch auf Vollständigkeit noch kann ihre Aktualität, Richtigkeit und Ausgewogenheit garantiert werden.

Wenn Texte oder Angaben aus Schriftstücken übernommen wurden, ersetzen diese die Originalunterlagen nicht. Bei der Durchführung von Therapien ist grundsätzlich die dem Präparat beigefügte Packungsbeilage strikt zu beachten. Die Erwähnung von Produkten und/oder Verfahren stellt keine Empfehlung, Bewerbung oder Qualitätsbeurteilung dar und begründet daher auch keine diesbezügliche Haftung. Die Informationen ersetzen auch keine ärztliche oder pharmazeutische Beratung und Behandlung.

Richtlinien, Gesetze, Verordnungen und Empfehlungen haben nur Gültigkeit und dürfen nur Anwendung finden in der aktuellsten im einschlägigen Verkündungsorgan veröffentlichten Form.