

## Häufige Fragen

### Was steckt hinter Kopfschmerzen im Alter?

Kopfschmerzen, die im mittleren und höheren Alter erstmals auftreten, sollten vom Arzt eingeordnet werden. Sie können z.B. durch erhöhten Blutdruck, Schlafapnoe, Tumore oder diverse Medikamente verursacht werden. Im Alter verändert sich auch die Funktion von Leber und Nieren. Daher ist es sinnvoll, beim Arzt zu klären, ob sich alle Schmerzmittel und deren Dosierung mit der Dauermedikation vertragen.

### Was muss ich bei Kopfschmerzen in der Schwangerschaft beachten?

Bestehende Kopfschmerzen, wie Migräne und Spannungskopfschmerzen, bessern sich oft in der Schwangerschaft. Sie stehen einem Kinderwunsch grundsätzlich nicht im Weg. Fragen Sie frühzeitig Ihren Arzt, welche Medikamente Sie während der Schwangerschaft und Stillzeit einnehmen dürfen. Treten in der Schwangerschaft erstmals Kopfschmerzen auf, könnte auch eine Schwangerschaftskomplikation vorliegen. Suchen Sie dann umgehend einen Arzt bzw. eine Klinik auf!

### Wie hängen Psyche und Kopfschmerzen zusammen?

Wiederkehrende Kopfschmerzen wirken sich auf die Psyche eines Menschen und auf sein Umfeld aus. Umgekehrt kann es bei starker psychischer Belastung auch zu einer Zunahme der Kopfschmerzen kommen. Sprechen Sie bei Ihrem Arzt an, wenn Sie eine hohe Stressbelastung haben oder Gefühle von Angst oder Niedergeschlagenheit. Verlassen Sie sich nicht allein auf die Einnahme von Medikamenten.

Weitere Informationen unter  
[www.dmkkg.de/patienten](http://www.dmkkg.de/patienten)

Kopfschmerzexperten-Verzeichnis:  
[www.angriff-kopfschmerzen.de/expertenverzeichnis](http://www.angriff-kopfschmerzen.de/expertenverzeichnis)

**DMKG**

Deutsche Migräne- und  
Kopfschmerzgesellschaft e.V.



Eine Initiative der

**DMKG**

Deutsche Migräne- und  
Kopfschmerzgesellschaft e.V.

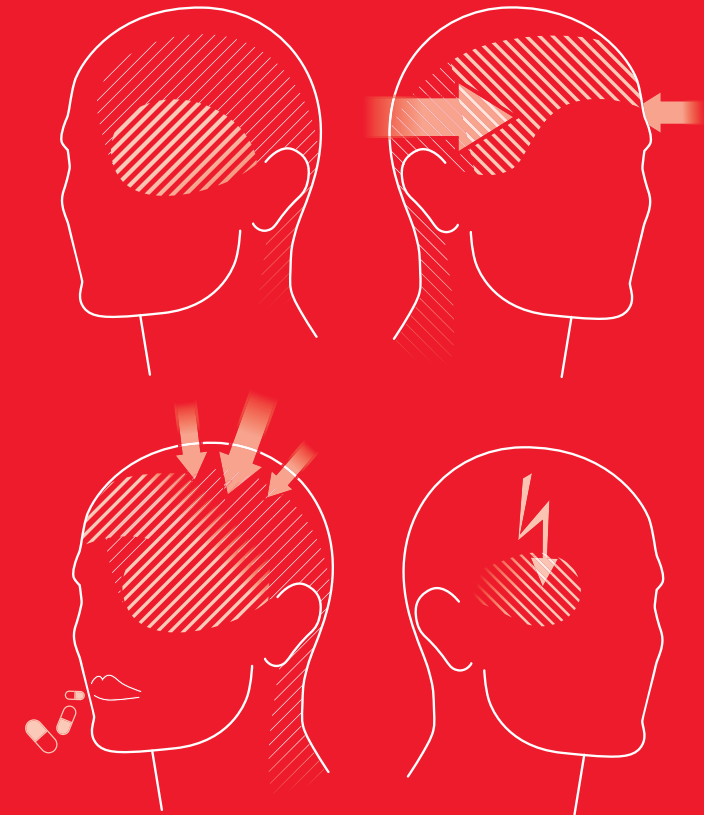
**Kopfschmerzen  
individuell  
behandeln**

Deutsche Migräne- und  
Kopfschmerzgesellschaft e.V.

Kopfschmerzambulanz  
UniversitätsSchmerzCentrum  
Universitätsklinikum Dresden  
Fetscherstraße 74  
01307 Dresden

[info@dmkg.de](mailto:info@dmkg.de)  
[www.dmkkg.de](http://www.dmkkg.de)

## Kopfschmerzen erkennen und behandeln



**DMKG**

Deutsche Migräne- und  
Kopfschmerzgesellschaft

# Kopfschmerzen verstehen

## Kopfschmerz ist nicht gleich Kopfschmerz

Fast jeder leidet hin und wieder an Kopfschmerzen – junge wie alte Menschen, Frauen wie Männer. Dabei gilt es, verschiedene Kopfschmerzkategorien zu unterscheiden.

Primäre Kopfschmerzen, wie z.B. Migräne, Spannungskopfschmerzen und Clusterkopfschmerzen, sind eigenständige Erkrankungen. Sekundäre Kopfschmerzen sind dagegen das Symptom einer anderen Erkrankung, die banal sein kann, wie z.B. eine Erkältung oder ein leichtes Trauma, aber auch schwerwiegend, wie Hirntumore, eine Gehirnblutung oder Hirnhautentzündung.

## Wann sollte man zum Arzt?

Meistens sind Kopfschmerzen ungefährlich. Dennoch ist es sinnvoll, bei häufigen oder neu auftretenden Kopfschmerzen einen Arzt zu konsultieren. Das gilt zudem besonders für extrem heftige Kopfschmerzen, die schlagartig auftreten oder von hohem Fieber, Bewusstseinsstörungen, Sehstörungen oder Lähmungserscheinungen begleitet werden. Auch wenn Kopfschmerzen erstmals im Alter über 50 Jahre auftreten, wenn gleichzeitig eine Tumorerkrankung besteht oder wenn frei verkäufliche Schmerzmittel immer häufiger und in höherer Dosis benötigt werden, sollte ein Arzt die Ursache klären.

Der Arzt fragt nach Art, Dauer und Häufigkeit der Kopfschmerzen sowie nach Begleitsymptomen. Patienten können sich mit einem Kopfschmerzkalender vorbereiten ([www.dmkg.de/patienten/dmkg-kopfschmerzkalender](http://www.dmkg.de/patienten/dmkg-kopfschmerzkalender)). Nach einer körperlichen Untersuchung entscheidet Ihr Arzt, ob eine weiterführende Diagnostik (z.B. mittels Bildgebung des Kopfes) nötig ist.



**Ein Drittel**  
der Deutschen leidet mindestens  
einmal im Monat an Kopfschmerzen –  
Frauen häufiger als Männer.

# Die wichtigsten Kopfschmerzdiagnosen im Überblick

Fachleute unterscheiden mehr als 200 verschiedene Kopfschmerzarten. Darum ist es manchmal nicht leicht, die Ursache herauszufinden. Zu den häufigsten Kopfschmerzarten zählen Spannungskopfschmerzen und Migräne.

## Spannungskopfschmerzen

Leichte bis mäßige, dumpfe, drückende oder ziehende Schmerzen, die ringförmig den ganzen Kopf erfassen. Sie verstärken sich nicht bei körperlicher Belastung und weisen kaum Begleitsymptome auf, allenfalls eine Überempfindlichkeit gegenüber Lärm oder Licht. Auslöser sind oft Stress, schlechte Luft (Sauerstoffmangel) oder unzureichende Flüssigkeitszufuhr.

### Spannungskopfschmerzen

- ringförmig
- dumpf-drückend
- kaum Begleitsymptome



## Migräne

Migräneattacken schränken Betroffene im Alltag stark ein. Sie halten unbehandelt bei Erwachsenen 4 bis 72 Stunden an. Charakteristisch sind stechende, pochende oder pulsierende starke Schmerzen im Stirn- und Schläfenbereich, die sich schon bei leichter körperlicher Belastung intensivieren. Es treten immer Begleitsymptome wie Übelkeit, Erbrechen, Ruhebedürfnis, Licht-, Geräusch- und Geruchsüberempfindlichkeit auf. Bei einer Zunahme der Attackenfrequenz besteht außerdem die Gefahr einer Chronifizierung der Migräne.

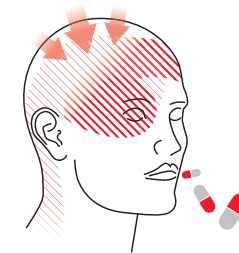
### Migräne

- Übelkeit
- Lichtempfindlichkeit
- Geräuschempfindlichkeit
- Schmerzzunahme bei körperlicher Aktivität



## Kopfschmerzen durch Medikamentenübergebrauch

Vor allem Migränepatienten, die über einen Zeitraum von mindestens 3 Monaten an 10 oder mehr Tagen/Monat ein Schmerzmittel einnehmen, können diese Kopfschmerzen entwickeln. Typischerweise werden die Attacken häufiger, dauern immer länger und sprechen zunehmend schlechter auf Akutmedikation an. Oft bleibt zwischen den Attacken ein anhaltender leichter Kopfdruck: Man hat kaum mehr einen „klaren Kopf“.

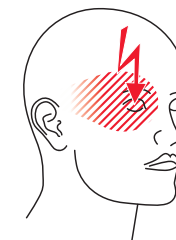


### Kopfschmerzen durch Medikamentenübergebrauch

- Kopfdruck
- kein „klarer Kopf“ mehr
- längere Attacken

## Clusterkopfschmerzen

Clusterkopfschmerzen sind extrem heftige Attacken, die 30 bis 180 Minuten anhalten und mehrfach am Tag auftreten können. Sie sind immer einseitig im Bereich eines Auges und der Schläfe. Begleitend kommt es meist zu Bewegungsdrang, einer Rötung des Auges und vermehrtem Tränen, einer einseitig verstopften oder stark laufenden Nase, einem Herabhängen oder Anschwellen des Augenlids.



### Clusterkopfschmerzen

- heftige Attacken
- Bewegungsdrang
- Schwellung und Rötung des Auges