

Kopfschmerzalarm bei jungen Menschen

Dresden, 28. Juni 2017 - Immer mehr Menschen fühlen ein dumpfes Pochen und Hämmern im Kopf. Im Jahr 2015 waren bundesweit 9,3 Prozent der Bevölkerung, also rund 7,6 Millionen Menschen von Kopfschmerz betroffen, in Sachsen allein rund 331.000. Alarmierend dabei ist: Unter den Kopfschmerzpatienten gibt es zunehmend mehr junge Menschen. Zu diesem Ergebnis kam der BARMER Arztreport 2017. So stieg der Anteil der 18- bis 27-Jährigen mit Kopfschmerzdiagnosen von 2005 bis 2015 bundesweit um 42 Prozent. Rund 1,3 Millionen junge Menschen wurden bundesweit von Kopfschmerzen geplagt. Sachsenweit betroffen waren rund 48.500 junge Menschen. „Das ist bedenklich. Die Dunkelziffer liegt vermutlich noch höher, da diese Altersgruppe eher selten zum Arzt geht“, beschreibt Dr. Fabian Magerl, Landesgeschäftsführer der BARMER in Sachsen, die Problematik.

Mit 19 Jahren sind die Kopfschmerzen am häufigsten

Kopfschmerzdiagnosen sind bei Kindern rückläufig, bei jungen Erwachsenen allerdings um alarmierende 42 Prozent gestiegen. Bis zu einem Alter von acht Jahren finden sich bei Jungen und Mädchen nahezu identische Kopfschmerzdiagnosehäufigkeiten. Bei beiden Geschlechtern zeigt sich im Alter zwischen 11 und 13 Jahren ein Plateau mit stagnierenden Kopfschmerzdiagnosehäufigkeiten um gut acht Prozent bei Jungen und neun Prozent bei Mädchen. Mit weiter steigendem Alter kommt es zunächst bei Mädchen und dann verzögert auch bei Jungen zu einer steilen Zunahme der Kopfschmerzhäufigkeit. Die höchsten Kopfschmerzdiagnoseraten zeigen sich mit gut 14 Prozent bei jungen Männern und gut 20 Prozent bei jungen Frauen im Alter von 19 Jahren.

Migräne ist für die Hälfte aller Kopfschmerzen verantwortlich

Migräne ist ein periodisch wiederkehrender, anfallartiger, pulsierender, halbseitige Kopfschmerz. Häufig wird er von weiteren Symptomen wie Übelkeit, Erbrechen, Lichtempfindlichkeit oder Geräuschempfindlichkeit begleitet. Bei fast der Hälfte aller Kopfschmerzpatienten wurde Migräne diagnostiziert. „Alarmierend ist die Verordnungsraten von Migränemitteln. Bei den 18- bis 27-Jährigen in der Zeit von 2005 bis 2015 um 58 Prozent gestiegen“, so Magerl. Über alle Altersklassen hinweg betrachtet gab es

Landesgeschäftsstelle

Sachsen

Zellescher Weg 21
01217-Dresden

www.barmer.de/presse-sachsen
www.twitter.com/BARMER_SN

presse.sn@barmer.de

Claudia Szymula
Tel.: 0800 333 004 152-231
claudia.szymula@barmer.de

lediglich einen Anstieg um 9,9 Prozent. Als Migränemittel wurden fast ausschließlich Mittel aus der Substanzgruppe der Triptane, vor allem Sumatriptan, verordnet. Sie gelten als Wundermittel für Migräne-Patienten, haben jedoch unerfreuliche Nebenwirkungen, nämlich Kopfschmerzen. Migränemittel-Missbrauch kann zu Dauerkopfschmerz führen. Es besteht die Gefahr in eine Pillenfalle zu geraten. „Die Dosis macht das Gift. Kommen immer wieder Medikamente zum Einsatz, um Kopfschmerzen los zu werden, kann im schlimmsten Falle in einem Teufelskreis aus Tablettenkonsum und Dauerkopfschmerzen beginnen. Das gilt es zu vermeiden“, mahnt Magerl.

Mögliche Ursachen für Kopfschmerzen bei jungen Menschen

„Vermutlich nimmt der Druck auf die jungen Leute stetig zu. Es fällt immer schwerer die Balance zwischen Schule, Beruf, Familie, Alltag und Hobby zu finden“, beschreibt Magerl mögliche Ursachen. Für Kopfschmerz-Patienten kann der Alltag zur Qual werden und die schulische, berufliche oder universitäre Existenz gefährden. „Wir wissen, dass junge Menschen mit Kopfschmerzen eher seltener zum Arzt gehen. Um gerade sie zu erreichen, muss nach alternativen Hilfsangeboten gesucht werden“, fordert er. Gerade junge Erwachsene brauchen Präventionsangebote die in ihre Lebenswelt passen. Sport, Entspannungstechniken oder eine gesunde Lebensführung könnten Betroffenen aus der Pillenfalle helfen.

Kopfschmerzprävention via App

Erfolgversprechend in Sachen Kopfschmerzprävention ist die von der BARMER geförderte Migräne- und Kopfschmerz-App ‚M-sense‘. Als ein digitaler Assistent für Menschen mit Kopfschmerzen identifiziert die App die individuellen Ursachen und analysiert den Verlauf von Migräne und Spannungskopfschmerzen. Diese Dokumentationen können dem behandelnden Arzt eine wichtige Hilfe bei der Therapie sein. ‚M-sense‘ ist die einzige App zur Kopfschmerzprävention, die auf dem deutschen Markt als Medizinprodukt zertifiziert ist. Ihre Weiterentwicklung zur therapeutischen und präventiven Begleitung ist anvisiert.

