

## Pressemitteilung

### Tag des Kopfschmerzes am 5. September:

### Über 682.000 Hessen in Behandlung

Frankfurt, 4. September 2018 – Kopfschmerzen quälen fast jeden Menschen von Zeit zu Zeit. In der Regel sind sie erträglich und verschwinden von alleine wieder. Manche leiden jedoch unter chronischen Kopfschmerzen oder extrem heftigen Schmerzattacken, die nicht nur die Lebensqualität erheblich beeinträchtigen sondern auch zu schweren psychischen Belastungen führen können. Allerdings gehen nicht alle Betroffenen mit ihren Beschwerden zum Arzt. „Nach unseren Auswertungen aus dem aktuellen Arztreport wurden etwa 682.000 Hessinnen und Hessen im Jahr 2016 wegen einer Kopfschmerzdiagnose oder einer Migräne ärztlich behandelt“, sagt Norbert Sudhoff, Landesgeschäftsführer der BARMER Hessen, anlässlich des Kopfschmerztages am 5. September.

### Über 200 unterschiedliche Kopfschmerzarten

Kopfschmerz ist nicht gleich Kopfschmerz, es lassen sich mehr als 200 verschiedene Arten unterscheiden. Sie werden in primäre und sekundäre Kopfschmerzen eingeteilt. Primäre Kopfschmerzen sind eigenständige Erkrankungen wie z. B. Spannungskopfschmerz oder Migräne. Eine klar erkennbare Ursache ist nicht zu finden, der Kopfschmerz ist die Erkrankung. Sekundäre Kopfschmerzen sind dagegen ein Symptom bzw. Warnsignal einer anderen Krankheit wie beispielsweise Nasennebenhöhlen- oder Hirnhautentzündung. 95 von 100 Kopfschmerzerkrankungen gelten als primäre Erkrankung. Bei den meisten Menschen treten Kopfschmerzen nur ab und zu auf (episodisch). Sie können aber auch in einen chronischen Zustand übergehen. Mediziner sprechen von einem chronischen Kopfschmerz, wenn er sich an mehr als 15 Tagen im Monat für mehr als 4 Stunden täglich einstellt und das seit mindestens drei Monaten. Etwa 92 von 100 Patienten haben zunächst einen episodischen Kopfschmerz, bevor dieser chronisch wird.

### Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?

Für die häufigsten primären Kopfschmerzerkrankungen stehen spezifische Behandlungsmöglichkeiten zur Verfügung. Um einem medikamenteninduzierten Kopfschmerz vorzubeugen, sollte die Therapie

**Landesvertretung**

**Hessen**

Erlenstraße 2  
60328 Frankfurt/M.

[www.barmer.de/presse-hessen](http://www.barmer.de/presse-hessen)  
[www.twitter.com/BARMER\\_HE](https://www.twitter.com/BARMER_HE)  
[presse.he@barmer.de](mailto:presse.he@barmer.de)

Brigitte Schlöter  
Tel.: 0800 333004352230  
[brigitte.schloeter@barmer.de](mailto:brigitte.schloeter@barmer.de)

eng mit dem Arzt/der Ärztin abgesprochen werden. Das gilt auch für frei verkäufliche Medikamente. Leichte Migräneattacken lassen sich nach Absprache mit der Ärztin/dem Arzt mit klassischen Schmerzmitteln gut behandeln. Wirken diese Medikamente nicht ausreichend, dann sollten migränespezifische Schmerzmittel, sogenannten Triptane, eingesetzt werden. Da akute Spannungskopfschmerzen oft keine erkennbare Ursache haben, konzentriert man sich auf die Behandlung der Symptome. Bei häufigen Kopfschmerzattacken hilft manchmal auch Stressabbau, beispielsweise durch regelmäßigen Sport oder eine Entspannungstechnik wie Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson.