

### **Tag des Kopfschmerzes am 5. September Fast 72.500 Menschen in Mecklenburg-Vorpommern in Behandlung**

Schwerin, 3.9. 2018 – Kopfschmerzen kennt fast jeder. Knapp 5 Prozent der Bevölkerung leidet unter täglichen Kopfschmerzen. Anfallsweise oder immer wiederkehrende Schmerzen im Kopfbereich treten bei 70 Prozent der Menschen auf. Allerdings gehen nicht alle Betroffenen mit den Beschwerden zum Arzt. Laut BARMER Arztreport 2018 sind 4,5 Prozent der Versicherten mit der Diagnose „R 51 Kopfschmerz“ behandelt worden, darunter 5,2 Prozent der weiblichen Versicherten und 3,7 Prozent der männlichen Versicherten. „Insgesamt wären das fast 72.500 Menschen in Mecklenburg-Vorpommern“, sagt BARMER Landessprecherin Franziska Sanyang.

Doch 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.

#### **Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?**

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

Landesvertretung

Mecklenburg-Vorpommern

Marienplatz 3  
19053 Schwerin

Briefpost  
Postfach 11 01 64  
19001 Schwerin

[www.BARMER.de/presse/543839](http://www.BARMER.de/presse/543839)  
[www.twitter.com/BARMER\\_MV](https://www.twitter.com/BARMER_MV)

Franziska Sanyang  
Tel.: 0800 333004653340  
Mobil: 0170 308 70 65  
[franziska.sanyang@BARMER.de](mailto:franziska.sanyang@BARMER.de)

Symptome. Oft bringen schon einfach Hausmittel wie Pfefferminzöl für Schläfen und Nacken Linderung. Kurzzeitig lassen sich die Schmerzen auch mit Schmerztabletten behandeln. Sie dürfen aber maximal an zehn Tagen im Monat eingenommen werden, da sie sonst chronisches medikamentenbedingtes Kopfweh verursachen können. Bei häufigen Kopfschmerzattacken hilft Stressabbau, beispielsweise durch regelmäßigen Sport oder eine Entspannungstechnik wie Progressive Muskelentspannung nach Jacobson.

Mehr zum Thema unter [www.barmer.de/s000549](http://www.barmer.de/s000549)