

Pressemitteilung

Tag des Kopfschmerzes am 5. September: Über 355.000 Niedersachsen und 30.000 in Bremen in Behandlung

Hannover, 3. September 2018 – Kopfschmerzen sind weit verbreitet, innerhalb eines Jahres leiden etwa 70 von 100 Menschen daran. Allerdings gehen nicht alle Betroffenen mit dem Beschwerden zum Arzt. Laut BARMER Arztreport 2018 sind 4,5 der Versicherten in Niedersachsen und Bremen 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 über 355.000 Menschen in Niedersachsen und rund 30.000 in Bremen“, sagt BARMER Landesgeschäftsführerin Heike Sander. 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 medikamenten-induzierten 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 Symptome. „Oft bringen schon einfach Hausmittel wie Pfefferminzöl für Schläfen und Nacken Linderung“, so Sander. 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 Kopfweg verursachen können. Bei häufigen Kopfschmerzattacken hilft Stressabbau, beispielsweise durch regelmäßigen Sport oder eine Entspannungstechnik wie Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson.

Mehr zum Thema unter www.barmer.de/s000549

Landesvertretung

Niedersachsen

Bremen

Postanschrift:
Postfach 05 29
30005 Hannover

Neue Besucheranschrift:
Goseriede 4/Gebäudeteil C
30159 Hannover

www.barmer.de/p006135
www.twitter.com/BARMER_NIHB
presse.ni.hb@barmer.de

Michael Erdmann
Tel.: 0800 333 004 654 432
michael.erdmann@barmer.de