

## Pressemitteilung

Projekt zur Kopfschmerzprävention ‚KopfHoch‘ an TU Dresden

### Kopfschmerzen – Jeder dritte Studierende hat sie

Dresden, 02. November 2018 – Deutschlands akademischem Nachwuchs machen Kopfschmerzen stark zu schaffen. Rund 64 Prozent der 2,8 Millionen Studierenden in Deutschland leiden darunter. Fast jeder Dritte der Betroffenen ist durch Kopfschmerzen sogar sehr schwer beeinträchtigt.

Nimmt man die mäßig Beeinträchtigten hinzu, kommt man bundesweit auf etwa 900.000 Studierende, deren Alltag durch Kopfschmerzen deutlich eingeschränkt wird. Das von der BARMER gefördertes Pilotprojekt ‚KopfHoch‘ soll das ändern. Es kann Studierenden sowie Hochschulmitarbeiterinnen und -mitarbeitern dabei helfen, Kopfschmerzen effektiv und nachhaltig vorzubeugen. Zum Einsatz kommt das Projekt während der Pilotphase in der Technische Universität Dresden, in der Humboldt-Universität zu Berlin und die Fachhochschule Kiel. „Das so viele Studierende unter Kopfschmerzen leiden, unterstreicht einen dringenden Handlungsbedarf. Wir freuen uns, dass das Projekte ‚KopfHoch‘ auch an der TU Dresden zum Einsatz kommen wird“, sagt Dr. Fabian Magerl, Landesgeschäftsführer der BARMER. Es gilt, das Thema Kopfschmerzprävention in den Köpfen der jungen Generation zu verankern und kopfschmerzbedingten Fehlzeiten im Studium sowie im späteren Berufsleben erheblich zu verringern. Gestern wurde das Projekt bundesweit vorgestellt.

### 2,4 Studienausfalltage und Einnahme von Schmerzmitteln

Durchschnittlich 2,4 Studentage gehen Studierenden an Hochschulen durch Kopfschmerzen monatlich verloren. Bei Studierenden mit Migräne sind es sogar 2,7 Studentage. Dies geht aus einer repräsentativen wissenschaftlichen Befragung für das Pilotprojekt ‚KopfHoch‘ hervor. Es gibt viele Arten von Kopfschmerz, beispielsweise Migräne, Spannungskopfschmerz oder auch sogenannter Medikamentenübergebrauchskopfschmerz. Gerade einmal ein Viertel der Betroffenen kennt ihren Kopfschmerztyp. Dennoch nehmen über 90 Prozent Schmerzmittel ohne mit einem Arzt Rücksprache gehalten zu haben. „Vorbeugen ist besser als heilen. Dazu muss man jedoch die Beschwerden verstehen und ihre Erscheinungsweisen kennen. Genau hier setzt das Projekt ‚KopfHoch‘ an“, so Magerl.

Landesvertretung

Sachsen

Zellescher Weg 21  
01217-Dresden

[www.bärmer.de/presse-sachsen](http://www.bärmer.de/presse-sachsen)  
[www.twitter.com/BARMER\\_SN](http://www.twitter.com/BARMER_SN)

[presse.sn@bärmer.de](mailto:presse.sn@bärmer.de)

Claudia Szymula  
Tel.: 0800 333 004 152-231  
[claudia.szymula@bärmer.de](mailto:claudia.szymula@bärmer.de)

### **Mehr zum Pilotprojekt ‚KopfHoch‘**

Entwickelt wurde ‚KopfHoch‘ von der ZIES gGmbH (Frankfurt a.M.) in Zusammenarbeit mit Prof. Dr. Hartmut Göbel von der Schmerzklinik Kiel als wissenschaftlichem Leiter und der BARMER als kooperierender Krankenkasse. Herzstück des Projekts ist die innovative Präventionskampagne „Headache Hurts“, mit der Studierende für das Thema sensibilisiert werden sollen. Nach dem Prinzip Wissen – Verstehen – Handeln werden das grundlegende medizinische Wissen sowie die wichtigsten Dos and Don’ts der Kopfschmerzprävention vermittelt. Neben einer kompakten Informationsbroschüre gibt es eine Website mit weiterführenden und vertiefenden Inhalten, einen sechsminütigen Film sowie eine als Medizinprodukt zertifizierte App. Die Materialien zeichnen sich durch eine zeitgenössisch-markante Bildsprache aus, die der Kampagne breite Aufmerksamkeit sichern soll.

Mehr zum Projekt ‚KopfHoch‘: [www.barmer.de/q101366](http://www.barmer.de/q101366)

Weitere Gesundheitsangebote für Hochschulen: [www.barmer.de/q100526](http://www.barmer.de/q100526)