



PRESSEMITTEILUNG

Wenn der Schädel brummt

Apothekerkammer Bremen über die richtige Behandlung bei Kopfschmerzen

Bremen, 09. Mai 2016 – Etwa 70 Prozent aller Deutschen leiden gelegentlich unter Kopfschmerzen, jeder zehnte ist sogar wöchentlich betroffen. „Kopfschmerz ist allerdings nicht gleich Kopfschmerz“, gibt Dr. Richard Klämbt, Präsident der Apothekerkammer Bremen zu bedenken. „Bei den meisten Menschen handelt es sich um einen Spannungskopfschmerz. Doch auch Migräne und Clusterkopfschmerz sind möglich. Des Weiteren gibt es die Beeinträchtigung durch den Missbrauch von Arzneimitteln als Kopfschmerzursache.“

Kopfschmerzen sind unangenehm und schmerzhaft. Doch wer hätte gewusst, dass es 250 verschiedene Arten gibt? Diese werden in zwei Gruppen geteilt: in primäre und sekundäre Kopfschmerzen. „Bei primären Kopfschmerzen ist die Erkrankung der Schmerz selbst. Da die Anlage dafür vererbt wird, leiden Betroffene oftmals an Migräne oder Spannungskopfschmerzen“, erläutert Klämbt. Kopfschmerzen als Begleiterscheinungen bei Grippe oder Nasennebenhöhlenentzündung gehören in die zweite Gruppe. Dazu zählen auch die Leiden, die durch den Missbrauch von Medikamenten, bei Bluthochdruck oder einer Hirnhautentzündung auftreten. „Der Unterschied der beiden Formen ist sehr wichtig für die Behandlung“, so der Kammerpräsident. Schmerzmittel würden in manchen Fällen also keine Linderung bringen.

Unterschiedliche Behandlungsmöglichkeiten

Wer unter Migräne leidet, bedarf einer gezielten Behandlung vom Arzt. Ist die Diagnose gesichert, können Patienten auch rezeptfrei Schmerzmittel wie Triptanen in der Apotheke erhalten. Doch auch immer wieder auftretender Kälte- oder hormonell bedingter Kopfschmerz, Beschwerden bei Erkrankungen der Halswirbelsäule oder der Clusterkopfschmerz sollten beim Hausarzt abgeklärt werden. Besonders Letzterer bedarf ärztlicher Behandlung, da es sich um eine seltene, unvermittelt auftretende Kopfschmerzkrankung mit einseitigen sehr starken Schmerzattacken im Schläfen- und Augenbereich handelt. „In den meisten Fällen handelt es sich allerdings um Spannungskopfschmerzen, die gelegentlich auftreten. Charakteristisch hierfür ist ein drückender bis ziehender Schmerz im ganzen Kopf. Die Schmerzen lassen sich gut und zügig behandeln“, weiß Klämbt. Oft hilft auch frische Luft oder ein Ausgleich des Flüssigkeitsmangels durch reichlich trinken. Rezeptfreie Arzneimittel wie Ibuprofen, Acetylsalicylsäure oder Paracetamol sind dagegen für die



Apothekerkammer Bremen
Körperschaft des öffentlichen Rechts

Eduard-Grunow-Str. 11
28203 Bremen
Telefon: 0421/17 09 17

Behandlung leichter Beschwerden geeignet, in der Apotheke sind aber auch Kombinationspräparate, die zusätzlich Coffein enthalten können, erhältlich. Die Auswahl eines geeigneten Arzneimittels sollte stets patientenindividuell erfolgen, und „grundsätzlich sollten die Medikamente nicht länger als drei Tage hintereinander eingenommen werden“, warnt der Apotheker. „Sind die Kopfschmerzen danach immer noch vorhanden, ist ein Gang zum Arzt sinnvoll.“

Der Ursache auf den Grund gehen

Um allgemein etwas gegen Kopfschmerzen zu tun, kann eine Änderung der bisherigen Lebensgewohnheiten helfen. Beispielsweise der Verzicht auf Alkohol, Zigaretten und Kaffee. Regelmäßiger und vor allem gleichmäßiger Schlaf bringt dem Körper ebenfalls die nötige Ruhe – genauso wie die Verringerung von Stress. „Ein Kopfschmerztagebuch kann sinnvoll sein, um herauszufinden, wann genau und in welchem Zusammenhang die Beschwerden auftreten“, so Klämbt. Dazu könnten zu viele Termine ebenso zählen wie dauerhafte Lärmbelästigung, Konflikte in der Familie oder bestimmte Lebensmittel.

Weitere Informationen unter: www.ak-bremen.de

Über die Apothekerkammer Bremen:

Die Apothekerkammer Bremen vertritt die Anliegen der Apothekerschaft in Bremen und Bremerhaven. Sie vermittelt die Interessen der rund 540 Kammermitglieder im Land Bremen in der Politik, der Öffentlichkeit und den Medien. Hinter den Mitgliedern stehen etwa 180 öffentliche Apotheken und drei Krankenhausapotheken. Die Kammer engagiert sich für ein kostenbewusstes Gesundheitssystem, für hohe Qualität und Beratungskompetenz in den Apotheken.

Pressekontakt:

neusta communications GmbH
Wiebke Jakob
Konsul-Smidt-Straße 24
28217 Bremen
Telefon: 0421/79 06 89
E-Mail: w.jakob@neusta-communications.de