

Zahl des Monats

Wussten Sie,

dass in Deutschland im Schnitt täglich **drei Millionen** Menschen eine Kopfschmerztablette nehmen?

Zugegeben: Die wissenschaftlichen Statistiken und Umfragen weichen meist ein bisschen voneinander ab, aber sie kommen alle zum gleichen Ergebnis: Die Zahl der von irgendeiner Form von Kopfschmerzen betroffenen Menschen ist hoch, die Einnahme von entsprechenden Schmerzmitteln steigt – auch bei Kindern und Jugendlichen.

Am häufigsten tritt der so genannte Spannungskopfschmerz auf, den Betroffene meist als dumpfen Schmerz im gesamten Kopf erleben. Die Deutsche Hirnstiftung empfiehlt, sich frühzeitig ärztliche Hilfe zu suchen, um gegen mögliche Ursachen vorzugehen. Die können unter anderem Stress sein, Schlaf- oder Bewegungsmangel sowie eine zu geringe Flüssigkeitsaufnahme. Wichtig sei es, dass sich

möglichst kein „Schmerzgedächtnis“ bildet, also eine dauerhafte Reizung von Schmerzzentren im Gehirn.

Auch Migräne ist meist behandlungsbedürftig. Etwa 15 Prozent der Frauen und sechs Prozent der Männer erfüllen in Deutschland die kompletten Kriterien für Migräne. Eine ebenso erschreckende Zahl: Migräne ist der häufigste Grund für einen Grad der Schwerbehinderung bei Unter-50-Jährigen.

Welche Möglichkeiten gibt es, Migräne und Spannungskopfschmerzen zu behandeln? Wie beeinflusst der Kopfschmerz den Alltag von Betroffenen? Und was macht eigentlich eine Schmerztherapeutin? Mehr dazu erfahren Sie in unserem „Thema des Monats“.



Sie möchten mehr über unser „Thema des Monats“ erfahren? Jetzt reinklicken: patienten.kvno.de/thema-des-monats

Sie wollen keine Neuigkeiten rund um das Gesundheitswesen in Nordrhein verpassen? Unser monatlicher Newsletter „Praxis & Patient“ bietet genau das: Infos über die Versorgung in Nordrhein, Einblicke in die Arbeit der Kassenärztlichen Vereinigung und Termin-Tipps für Patientinnen und Patienten. Jetzt abonnieren: patienten.kvno.de/newsletter



Kassenärztliche
Vereinigung
NORDRHEIN

Quellen:

https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Gesundheitsberichterstattung/GBEDownloadsJ/JoHM_S6_2020_Migraene_Spannungskopfschmerz.pdf?__blob=publicationFile
<https://www.tk.de/resource/blob/2088842/66767380cf7ccea49b345b06baa704019/kopfschmerzreport-2020-data.pdf>