

Thema: Migräne, Welt-Kopfschmerztag, Cassandra Steiner, Kopfweg Österreich, Therapie,...

Depressionen, Therapien, a Tes

 Weblink: [Artikel öffnen](#)

## Migräne wird oft nicht ernst genommen und zu selten richtig behandelt



© Adobe Stock © Adobe Stock

Der 5. September ist der Welt-Kopfschmerztag: Zu diesem Anlass machen Betroffene darauf aufmerksam, dass Migräne viel mehr ist als „ein bisschen Kopfweg“.

„Kennen Sie das Gefühl, wenn wieder einmal jemand sagt: ‚Das ist doch nur Kopfweg?‘ Diese Frage stellt Cassandra Steiner, Leiterin der Selbsthilfeorganisation „Kopfweg Österreich“. Sie spricht damit vielen Betroffenen aus der Seele: „Die Bagatellisierung von Migräne ist ein weit verbreitetes Problem, das auch dazu führt, dass sich Menschen mit Migräne oft nicht verstanden oder nicht ernst genommen fühlen. Wird dieses Leiden aber nicht ernst genommen, sucht man auch keinen Arzt auf und bekommt nicht die richtige Therapie.“ Am heutigen Weltkopfschmerztag macht die Selbsthilfeorganisation auf diese Missstände rund um die Migräne aufmerksam.

Migräne ist eine komplexe neurobiologische Erkrankung, deren Beschwerden neben dem starken Kopfschmerz von Reizüberempfindlichkeiten und Konzentrationsstörungen über Erbrechen und bis zu starker Erschöpfung reichen. Dennoch sind nur rund 50 Prozent der Betroffenen bei einem Arzt, einer Ärztin in Behandlung. „Betroffene versuchen, die Schmerzattacken mittels Eigenmedikation in den Griff zu bekommen. Dadurch steigt einerseits die Gefahr, einen sogenannten Kopfschmerz durch Medikamentenübergebrauch zu entwickeln, andererseits, dass die Erkrankung fortschreitet und sich eine chronische Migräne entwickelt“, sagt Steiner von „Kopfweg Österreich“. Und mit der Häufigkeit der Attacken nehmen auch Begleitsymptome wie Angst und Depressionen zu – ein Teufelskreis beginnt.

Betroffene: „Migräne macht einsam“ Dieses Video könnte Sie auch interessieren

„Die Migräne macht einsam und sie macht dich zur Außenseiterin. Ich will mich nicht die ganze Zeit erklären, warum ich schon wieder ein Treffen absage. Ich will auch die ganzen gut gemeinten Ratschläge nicht mehr hören: ‚Geh an die frische Luft‘ oder ‚hast du zu wenig getrunken?‘ Das ist es einfach nicht. Es ist kein normaler Kopfschmerz. Das kann sich halt keiner vorstellen, der das nicht erlebt hat.“ So beschreibt eine Patientin im Interview mit der Kleinen Zeitung ihr Leben mit Migräne – das Gespräch können Sie hier nachlesen.

Ein Problem ist, dass viele Betroffene sagen: „Ich war vor Jahren bei einem Spezialisten und der hat mir nicht helfen können. Es hat also eh keinen Sinn.“ Diese resignierte Haltung führt dazu, dass sich viele Menschen jahrelang mit ihren Beschwerden abfinden, ohne erneut ärztliche Hilfe in Anspruch zu nehmen. „Das ist der falsche Ansatz“, betont Steiner und appelliert: „Unbedingt (wieder) zum Arzt gehen! Die medizinische Forschung ruht nicht, und was vor wenigen Jahren noch als aussichtslos galt, kann heute dank moderner Therapien zu einer spürbaren Verbesserung führen.“

Betroffene müssen zu Expertinnen für ihre Erkrankung werden!

Neue Therapien zur Migräne-Vorsorge In den letzten Jahren wurden neue Erkenntnisse zum Verständnis der Entstehung von Migräne gewonnen, wodurch sich im Bereich der Therapie viel getan hat, wie Sonja-Maria Tesar, Fachärztin für Neurologie und Leiterin der Kopfschmerzambulanz am Klinikum Klagenfurt erklärt: „Mit den monoklonalen Antikörpern haben wir nun eine sehr effektive neue Therapiemöglichkeit.“ Diese Antikörper binden an das Eiweißmolekül CGRP im Körper: Dieses Molekül spielt eine zentrale Rolle bei der Migräne-Entstehung. „Wir setzen die Antikörper-Therapie dann ein, wenn Betroffene vier oder mehr Kopfschmerztagen pro Monat haben und drei andere Therapien wirkungslos waren bzw. nicht eingesetzt werden können“, erklärt Tesar. 40 bis 60 Prozent der Betroffenen erreichen dadurch, dass sich ihre Migränetage um die Hälfte oder mehr reduzieren. Und auch die Intensität der Attacken nimmt ab.

Sonst stehen noch weitere Therapiemöglichkeiten zur Auswahl, wie Tesar erklärt: „Wirken herkömmliche Schmerzmittel nicht ausreichend, sollte man sich Triptane verschreiben lassen: Diese Medikamente greifen in den Serotonin-Stoffwechsel ein und können dadurch eine Migräne-Attacke stoppen.“ In der Vorsorge kommen noch weitere Wirkstoffe zum Einsatz: Beta-Blocker hemmen bestimmte Enzyme und greifen so in die Migräne-Entstehung ein; Antidepressiva regulieren den Serotonin-Stoffwechsel und reduzieren somit die Migräne-Anfälle; auch das Nervengift Botox ist als Therapie der Migräne zugelassen und zeigt Erfolge.

Expertin Tesar appelliert außerdem: „Betroffene müssen zu Expertinnen für ihre Erkrankung werden!“ Die Migränetherapie ist immer sehr individuell und personalisiert für den Einzelnen. Mit der Hilfe von Kopfschmerztagbüchern sollte man herausfinden: Welche Auslöser der Migräne spielen bei mir eine Rolle?


 Kleine Zeitung - Startseite | 2025-09-05 | [Artikel öffnen](#)