

Thema: Welt-Kopfschmerztag, Migräne, Sonja-Maria Tesar, Präsidentin, migränebedingten, Depression, höherer, Migränetherapie, Migräne

Weblink: [Artikel öffnen](#)

MITTWOCH, SEPTEMBER 4, 2024

f t g+



- WIRTSCHAFT
- POLITIK
- FINANZEN
- CHRONIK
- KULTUR
- MEDIEN
- KARRIERE



Home > Karriere > Am 5. September ist Welt-Kopfschmerztag: Migräne immer ernst nehmen!

Suche...



KARRIERE

Am 5. September ist Welt-Kopfschmerztag: Migräne immer ernst nehmen!

By Brandaktuell — On 4. September 2024



Eine besonders quälende Form von Kopfschmerz ist die Migräne. Weltweit leiden rund 13% der Bevölkerung [1] daran. In Österreich ist rund eine Million Menschen von dieser komplexen neurologischen Erkrankung betroffen, die die Lebensqualität enorm einschränkt. Oft mit weitreichenden Auswirkungen auf das berufliche und soziale Leben. Dennoch machen Betroffene häufig die Erfahrung, mit ihrer Erkrankung nicht wirklich verstanden bzw. ernst genommen zu werden.

Kassandra Steiner, Leiterin der *Selbsthilfeorganisation Kopfweh*, und Dr.in Sonja-Maria Tesar, Präsidentin der *Österreichischen Kopfschmerzgesellschaft*, nehmen den Welt-Kopfschmerztag am 5. September zum Anlass, um auf die Situation von Menschen mit der Erkrankung Migräne aufmerksam zu machen. Und sie weisen darauf hin, dass Migräne immer ernst genommen werden sollte: sowohl von den Betroffenen als auch von ihrem Umfeld.

Immer funktionieren müssen ...

„Der Wecker läutet viel zu früh! Ich bin abgeschlagen und die Nachwirkungen meiner gestrigen Migräne sind deutlich zu spüren. Meine Augen möchte ich schließen, im Bett bleiben und mich erholen ..., aber ich muss zur Arbeit; es waren schon zu viele Krankenstandstage in diesem Jahr und ich kann es mir nicht leisten, wieder zu Hause zu bleiben. Was denken meine Kolleg:innen, meine Vorgesetzten – nein, es muss gehen ... Ich muss funktionieren!“ **Kassandra Steiner** gibt Einblick in die Lebensrealität von Menschen mit Migräne. Sie weiß, wovon sie spricht. „Meine migränebedingten Ausfälle versuche ich zu kompensieren, indem ich sonst bei der Arbeit enorm perfektionistisch bin. Jahrzehntlang

THEMEN

- Agrar
- Arbeitsmarkt
- Banken
- Bildung
- Bundesregierung
- Energiemarkt
- EU
- euro
- adhoc
- Fernsehen
- Forschung
- FPÖ
- Gesellschaft
- Gesundheit
- Grüne
- Handel
- Innenpolitik
- Innovationen
- IT
- Klima
- Kommunales
- Konjunktur
- Kultur
- Kunst
- Medien
- Medizin
- Nationalrat
- Niederösterreich
- Online
- ORF
- Politik
- Software
- Soziales
- SPÖ
- Technologie
- Termin
- Tourismus und Freizeit
- Transport
- Umwelt
- Unternehmen
- Veranstaltung
- Wien
- Wirtschaft und
- Finanzen
- Wissenschaft
- Ärzte
- ÖVP

REGIONEN

- Amstetten
- Baden
- Bregenz
- Brunn am Gebirge
- Burgenland
- Deutschland
- Eisenstadt
- Graz
- Gumpoldskirchen
- Hall in Tirol

Anfragen für weitere Nutzungsrechte an den Verlag

Thema: Welt-Kopfschmerztag, Migräne, Sonja-Maria Tesar, Präsidentin, migränebedingten, Depression, höherer, Migränetherapie, Migräne

Weblink: [Artikel öffnen](#)

habe ich meine Krankheit sogar verschwiegen, fand Ausreden, wenn es mir nicht gut ging. Ich konnte und wollte nicht darüber reden, denn mir schien, ich wurde von niemandem verstanden“, so die Leiterin der Selbsthilfeorganisation *Kopfweg*.

... und die Krankheit verstecken

„Das ist ganz typisch: Da die Erkrankung von Außenstehenden oft nicht ernst genommen wird, thematisieren viele Betroffene ihre Migräne nicht. Gehen sie doch davon aus, dass weder Arbeitgeber noch Familienangehörige ihre Erkrankung verstehen oder nachvollziehen können, worunter sie leiden“, so **Dr.in Sonja-Maria Tesar**, die als medizinische Direktorin des LKH Wolfsberg und Leiterin der Kopfschmerzambulanz am Klinikum Klagenfurt die Situation vieler Betroffener kennt.

Unbehandelte Migräne – negative Folgen

„Wer seine Migräne versteckt, nimmt sie nicht ernst. Man gibt sich dann auch nicht in fachärztliche Behandlung. Man versucht, die Schmerzattacken mit einer Eigenmedikation in den Griff zu bekommen“, berichtet Steiner.

Ein Umstand, der sich als ungünstig erweist, denn: Migräne gehört diagnostiziert und behandelt. Bleibt sie unbehandelt, fördert dies ein Fortschreiten der Erkrankung und aus einer episodischen kann sich eine chronische Migräne entwickeln. „Auch die Gefahr des sogenannten Medikamentenübergebrauch-Kopfschmerzes steigt. Dazu kommt, dass mit steigender Häufigkeit der Attacken auch Angst und Depression zunehmend als Begleitsymptom^[ii] auftreten“, bekräftigt Dr.in Tesar und fasst zusammen: „Aus all diesen Gründen ist es wichtig, dass Migräne-Patient:innen möglichst frühzeitig diagnostiziert und ausreichend, also wirksam, behandelt werden.“

Bei Symptomen – sofort fachärztlichen Rat einholen

Wer Symptome^[iii] hat, die auf das Vorliegen einer Migräne hindeuten, sollte daher umgehend eine Fachärztin bzw. einen Facharzt für Neurologie aufsuchen und danach gegebenenfalls eine Spezialambulanz. Denn nur nach Diagnosestellung und adäquater Therapie kann die Erkrankung, wenn nicht geheilt, so doch massiv eingedämmt werden.

„Ich rate all jenen, die öfter Kopfschmerzen haben, sogar gezielt eine Neurologin oder einen Neurologen aufzusuchen, die bzw. der auf Migräne spezialisiert ist“, so Cassandra Steiner.

Mehrsäulige Therapie

Mit der Diagnose ist der erste Schritt getan. Eine effektive Therapie basiert dann auf mehreren Säulen, erläutert Dr.in Tesar: „An erster Stelle steht eine wirksame medikamentöse Akuttherapie. Unterstützend dazu ist es sinnvoll, diverse nicht-medikamentöse Maßnahmen zu kombinieren, wie beispielsweise eine Verhaltenstherapie, Entspannungsübungen, Biofeedback, ausreichende Bewegung und das Vermeiden von Auslösern wie Stress und bestimmte Substanzen in der Ernährung. Und bei höherer Attackenfrequenz, also wenn die Migräne an mehreren Tagen pro Monat auftritt, ist auch eine medikamentöse Prophylaxe angeraten.“

Prophylaxe – wichtiger Bestandteil der Migränetherapie

„Für uns Betroffene sind nicht nur die Migräneanfälle selbst qualvoll. Auch die Angst vor der nächsten Attacke beeinträchtigt unser Leben – beruflich wie privat – mitunter massiv. Eine wirkungsvolle prophylaktische Therapie, auf die wir vertrauen können, ist daher von großer Wichtigkeit“, erklärt Steiner.

Heute kommen hier moderne Antikörpertherapien^[iv] zum Einsatz, die gezielt in das

Innsbruck Kitzbühel Klagenfurt

Klosterneuburg Krems Kärnten Leoben

Linz Lochen am See Mödling

Niederösterreich

Oberösterreich Purkersdorf

Salzburg Sattledt Schiltern Schladming Spittal

an der Drau **St. Pölten** Steiermark

Tirol Tulln Unterpremstätten Villach

Vorarlberg Vösendorf Waldegg Wals Wals-

Siezenheim Wels **Wien** Wiener Neudorf

Wiener Neustadt Zell am See Österreich-weit

NEUESTE BEITRÄGE

UNOS-Bernhard: „Diese Regierung hat die falschen Weichen gestellt und den Wirtschaftsstandort geschwächt“

Betongold bleibt beliebt: Jeder 3. Österreicher möchte eine Immobilie kaufen

GBV Zahl des Monats September

Am 5. September ist Welt-Kopfschmerztag: Migräne immer ernst nehmen!

Jetzt erhältlich: „Wien in Zahlen 2024“, „Bezirke in Zahlen 2024“, „Wirtschaftsstandort 2024“ und „Forschung und Entwicklung 2024“



Thema: Welt-Kopfschmerztag, Migräne, Sonja-Maria Tesar, Präsidentin, migränebedingten, Depression, höherer, Migränetherapie, Migräne

Weblink: [Artikel öffnen](#)

Krankheitsgeschehen eingreifen und höchst wirksam sowie gut verträglich sind.

Tesar: „Für die gesamte Klasse dieser sogenannten CGRP-Antikörper konnte eine ausgezeichnete Wirksamkeit bei sehr guter Verträglichkeit gezeigt werden. Frequenz und Intensität der Attacken nehmen ab, die Lebensqualität nimmt zu, der Bedarf an Akutmedikation sinkt.“ Daher die Empfehlung, bei diagnostizierter Migräne mit zumindest vier Migränetagen pro Monat beim Facharzt oder der Fachärztin für Neurologie nachzufragen, ob man für eine Antikörper-Migräneprophylaxe in Frage käme.

Die Verabreichung dieser Prophylaxe erfolgt mittels Fertipgen zumeist einmal monatlich oder als Infusion, die nur vier Mal pro Jahr verabreicht wird. Somit gibt es für Betroffene unterschiedliche Möglichkeiten der Behandlung, die auch gut in den Alltag passen.

„Man muss gewisse Parameter erfüllen, wie eine bestimmte Anzahl an Migräne-Tagen pro Monat, und braucht die Verschreibung einer Neurologin bzw. eines Neurologen, um diese Medikamente von der Krankenkassa bezahlt zu bekommen. Nach der Erstverschreibung können sie dann auch von der Hausärztin bzw. vom Hausarzt weiterverschrieben und verabreicht werden“, weiß Steiner.

Anlässlich des Welt-Kopfschmerztages am 5. September appelliert Kopfschmerz-Spezialistin Tesar: „Bei Kopfschmerzen bzw. Migräne immer ärztliche Hilfe in Anspruch nehmen! Ihre Ärztin bzw. Ihr Arzt wird Ihnen, basierend auf einer fundierten Diagnose, die für Sie und Ihren Kopfschmerz adäquate Therapie empfehlen.“

Aufklärung ist wichtig: Kopfweh Österreich

Wie wichtig Aufklärung, valide, auch für Laien verständliche Information und „auch einfach darüber reden können“ beim großen Thema Kopfschmerz ist, betont Cassandra Steiner, die bei der österreichweit agierenden *Selbsthilfeorganisation Kopfweh* für Wien zuständig ist. „Unser Anliegen ist es, sowohl in persönlichen Gesprächen als auch mit Fachvorträgen zu aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen, das ‚Schattenthema‘ Kopfweh transparenter und verständlicher zu machen und dadurch Betroffene und deren Angehörige zu unterstützen.“

Informationen rund um das Thema Kopfschmerzen und Migräne sind auch zu finden unter: <https://www.shgkopfweh.at>

Erklärung der Fußnoten, Text und Fotos zum Download finden Sie [hier](#)

Diese Presseaussendung wurde von *Lundbeck Austria GmbH* unterstützt.

OTS-ORIGINALTEXT PRESSEAUSSENDUNG UNTER AUSSCHLIESSLICHER INHALTLICHER VERANTWORTUNG DES AUSSENDERS. www.ots.at
(C) Copyright *APA-OTS Originaltext-Service GmbH* und der jeweilige Aussender. Barbara Urban - medical media consulting e. U.



← PREV POST

NEXT POST →

Jetzt erhältlich: „Wien in Zahlen 2024“, „Bezirke in Zahlen 2024“, „Wirtschaftsstandort 2024“ und „Forschung und Entwicklung 2024“

GBV Zahl des Monats September

Partner

Lovefreund

ARCHIVE

- September 2024
- August 2024
- Juli 2024
- Juni 2024
- Mai 2024
- April 2024
- März 2024
- Februar 2024
- Januar 2024
- Dezember 2023
- November 2023
- Oktober 2023
- September 2023
- August 2023
- Juli 2023
- Juni 2023
- Mai 2023
- April 2023
- März 2023
- Februar 2023
- Januar 2023
- Dezember 2022
- November 2022
- Oktober 2022
- September 2022
- August 2022
- Juli 2022
- Juni 2022
- Mai 2022
- April 2022
- März 2022
- Februar 2022
- Januar 2022
- Dezember 2021

Thema: Welt-Kopfschmerztag, Migräne, Sonja-Maria Tesar, Präsidentin, migränebedingten, Depression, höherer, Migränetherapie, Migräne

Weblink: [Artikel öffnen](#)

ikörp

DAS KÖNNTE DIR AUCH GEFALLEN

Mehr Vom Autor



KARRIERE
UNOS-Bernhard: „Diese Regierung hat die falschen Weichen gestellt und den...



KARRIERE
Betongold bleibt beliebt: Jeder 3. Österreicher möchte eine Immobilie kaufen



KARRIERE
Jetzt erhältlich: „Wien in Zahlen 2024“, „Bezirke in Zahlen 2024“,...

< PREV NEXT >

HINTERLASSE EINE ANTWORT

Deine Email-Adresse wird nicht veröffentlicht.

Ihr Kommentar

Dein Name *

Deine eMail *

Deine Website

Save my name, email, and website in this browser for the next time I comment.

KOMMENTAR HINZUFÜGEN

- November 2021
- Oktober 2021
- September 2021
- August 2021
- Juli 2021
- Juni 2021
- Mai 2021
- April 2021
- März 2021
- Februar 2021
- Januar 2021
- Dezember 2020
- November 2020
- Oktober 2020
- September 2020
- August 2020
- Juli 2020
- Juni 2020
- Mai 2020
- April 2020
- März 2020
- Februar 2020
- Januar 2020
- Dezember 2019
- November 2019
- Oktober 2019
- September 2019
- August 2019
- Juli 2019
- Juni 2019
- Mai 2019
- April 2019
- März 2019
- Februar 2019
- Januar 2019
- Dezember 2018
- November 2018
- Oktober 2018
- September 2018
- August 2018
- Juli 2018
- Juni 2018
- Mai 2018

Thema: Welt-Kopfschmerztag, Migräne, Sonja-Maria Tesar, Präsidentin, migränebedingten, Depression, höherer, Migränetherapie, Migräne

Weblink: [Artikel öffnen](#)

April 2018

März 2018

KATEGORIEN

Allgemein

Chronik

Finanzen

Karriere

Kultur

Medien

Politik

Wirtschaft