

## Was ist eine vorbeugende Migränebehandlung (Prophylaxe)?

Die medikamentöse Prophylaxe mit einem Medikament, das kein Schmerzmittel ist, hat folgende Ziele:

- die Zahl der Tage mit Kopfschmerzen zu reduzieren,
- verbleibende Kopfschmerzen zu lindern und
- das Ansprechen auf die Akuttherapie zu verbessern.

Sie gewinnen Lebensqualität, weil Sie häufiger schmerzfreie Tage haben und weniger Akutmedikation brauchen. So reduzieren Sie auch das Risiko, dass Ihre Kopfschmerzen durch die häufige Einnahme von Schmerzmitteln chronisch werden.

## Wie lange wird eine Migräneprophylaxe durchgeführt?

Die Behandlung mit Amitriptylin ist nicht als lebenslange Therapie angelegt. Ob die gewünschte Wirkung eingesetzt hat, wird frühestens nach 6 Wochen, besser erst nach 8–12 Wochen beurteilt. Nur wenn sich die Migräne gebessert hat, wird die Therapie weitergeführt. Oft kann die Dosis schon nach einigen Monaten reduziert werden und es kann nach 6–12 Monaten ein Auslassversuch vorgenommen werden.

## Folgende Punkte sind für Sie besonders wichtig:

- Es ist wichtig, das Medikament regelmäßig einzunehmen, vor allem wenn Sie zunächst nur Nebenwirkungen verspüren, aber noch nicht die gewünschte Wirkung.
- Nebenwirkungen treten seltener auf, wenn die Dosis langsam erhöht wird. Sollte es dennoch zu Nebenwirkungen kommen, lassen diese in der Regel nach einigen Tagen nach und verschwinden schließlich ganz. Möglicherweise muss aber die Dosierung durch Ihre/n Ärztin/Arzt angepasst werden.
- Bessern sich Nebenwirkungen unter Amitriptylin selbst bei reduzierter Dosis nicht, sollten Sie mit Ihrer/m Ärztin/Arzt besprechen, wie Amitriptylin wieder abgesetzt werden soll. Bleibende Nebenwirkungen selbst nach dem Absetzen müssen Sie nicht befürchten.
- Während der Behandlung mit Amitriptylin können bei Migräneattacken weiterhin die Medikamente eingesetzt werden, die Sie auch bislang zur Akuttherapie der Migräne genommen haben (wie z. B. Triptane, frei verkäufliche Schmerzmittel etc.)
- Amitriptylin ersetzt die nichtmedikamentösen Maßnahmen der Migränetherapie nicht. Das Betreiben von regelmäßigem Ausdauersport (z. B. Joggen, Schwimmen, Radfahren) und/oder das Erlernen von Entspannungstechniken zum Abbau von Stressbelastung sollten Sie unbedingt weiterverfolgen.
- Viele Medikamente haben mehr als nur einen Wirkmechanismus. Auch Amitriptylin wird nicht nur zur Behandlung von Migräne eingesetzt. In höherer Dosierung ist es auch antidepressiv wirksam und bei Einnahme am Abend reguliert es den Schlaf. Wichtig für Sie ist: Es macht nicht abhängig und verändert Sie nicht in Ihrem Wesen. Möglicherweise können Sie aber von diesen zusätzlichen pharmakologischen Effekten profitieren.

## Wie wirkt eine vorbeugende Behandlung?

Eine medikamentöse Prophylaxe verändert die Erregbarkeit der Nervenzellen und die Schmerzverarbeitung im Gehirn. Dies geht allmählich vonstatten. Daher setzt die Wirkung verzögert ein und kann häufig erst nach 1–3 Monaten beurteilt werden.

Mit einer Prophylaxe wird in der Regel keine völlige Beschwerdefreiheit erreicht. Ein realistisches Ziel ist eine Halbierung der Tage mit Migräne und eine Abnahme der Schmerzintensität. Zur Beurteilung der Wirksamkeit der Prophylaxe sollten Sie einen Kopfschmerzkalender führen: Laden Sie z. B. die DMKG-App auf Ihr Handy herunter oder drucken Sie sich einen Kopfschmerzkalender aus, z. B. unter <https://dmkg.de/patienten/dmkg-kopfschmerzkalender>.

## Wie wirkt Amitriptylin?

Amitriptylin ist ursprünglich als Antidepressivum entwickelt worden, seine Wirkung auf verschiedene Schmerzerkrankungen wurde jedoch bald erkannt und in zahlreichen Studien nachgewiesen. Amitriptylin wirkt bereits in niedriger Dosierung bei Migräne prophylaktisch. Häufig dauert es allerdings 4–6 Wochen, bis die Wirkung einsetzt. Falls nicht anders verordnet, nehmen Sie Amitriptylin nach dem folgenden Dosierschema ein.

	morgens	mittags	abends	
Amitriptylin Tbl.	0	0	10 mg	Woche 1–2
Amitriptylin Tbl.	0	0	20 mg	Woche 3–4
Amitriptylin ret. Tabl.	0	0	25 mg	ab Woche 5

- Tritt bereits bei 10 mg oder 20 mg täglich eine gute Wirkung ein, muss nicht weiter gesteigert werden.
- In Abhängigkeit von Wirkung und Verträglichkeit kann die Dosis nach Rücksprache mit Ihrer/m Ärztin/Arzt auf 50 oder 75 mg/Tag gesteigert werden.
- Höhere Dosierungen sind meist nicht notwendig.

## Mögliche Nebenwirkungen bei der Anwendung von Amitriptylin

Insgesamt treten Nebenwirkungen bis zur verordneten Zieldosis selten auf und können bei langsamer Dosiserhöhung meist vermieden werden. In der Regel sind die Nebenwirkungen gering ausgeprägt und nehmen nach 1–2 Wochen deutlich ab.

Am häufigsten sind Müdigkeit, Benommenheitsgefühle, Schwindel, Mundtrockenheit, Verstopfung oder Sehstörungen. Bei einem Teil der Betroffenen kann es zu einer Gewichtszunahme kommen. Bei der Einnahme von Amitriptylin sind außerdem regelmäßige Kontrollen des EKGs, des Blutbilds und der Leberwerte notwendig.

**Wichtig:** Möglicherweise ist Ihre Fahrtauglichkeit in der Aufdosierungsphase beeinträchtigt. Sollten Sie Zweifel an Ihrer Fahrtauglichkeit haben, führen Sie kein Kraftfahrzeug, Gleiches gilt für das Arbeiten auf Gerüsten oder an Maschinen.

## Wann dürfen Sie Amitriptylin nicht anwenden?

Vor Beginn der Einnahme sollte bei Patientinnen und Patienten mit Herzkrankheiten, hohem Blutdruck oder Herzrhythmusstörungen eine EKG-Untersuchung vorgenommen werden. Vorsicht ist außerdem angezeigt bei einer Vergrößerung der Prostata, Grünem Star (Glaukom), schweren Leber- und Nierenerkrankungen, Herzerkrankungen, Schwangerschaft und Stillzeit sowie der gleichzeitigen Einnahme bestimmter Psychopharmaka (MAO-Hemmstoffe).

Informationen und Internet-Angebote der Deutschen Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft e.V. (DMKG) einschließlich Aufklärungsbögen, Lehrvideos und Podcasts erheben weder einen Anspruch auf Vollständigkeit noch kann ihre Aktualität, Richtigkeit und Ausgewogenheit garantiert werden.

Wenn Texte oder Angaben aus Schriftstücken übernommen wurden, ersetzen diese die Originalunterlagen nicht. Bei der Durchführung von Therapien ist grundsätzlich die dem Präparat beigefügte Packungsbeilage strikt zu beachten. Die Erwähnung von Produkten und/oder Verfahren stellt keine Empfehlung, Bewerbung oder Qualitätsbeurteilung dar und begründet daher auch keine diesbezügliche Haftung. Die Informationen ersetzen auch keine ärztliche oder pharmazeutische Beratung und Behandlung.

Richtlinien, Gesetze, Verordnungen und Empfehlungen haben nur Gültigkeit und dürfen nur Anwendung finden in der aktuellsten im einschlägigen Verkündungsorgan veröffentlichten Form.