

## Fachpresseinformation

### Kopfschmerztag

## Zu oft Akutmedikamente wegen Kopfschmerzen: Wie kann der Hausarzt helfen?

**25. August 2021 – Anlässlich des Deutschen Kopfschmerztags am 5. September betont die Deutsche Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft (DMKG) die entscheidende Rolle der Hausärzte bei der Behandlung von Kopfschmerzen. Fast 40 Prozent der Gesamtbevölkerung leiden an Migräne oder Spannungskopfschmerzen. Durch den häufigen Konsum von Schmerzmitteln können sich Kopfschmerzen verstärken und zunehmend schlechter auf die Therapie ansprechen. Die Diagnose lautet dann Kopfschmerz durch Medikamentenübergebrauch. Gleichzeitig entwickeln die Patienten häufig eine depressive Verstimmung und es kann darüber hinaus zu Schäden an Leber und Nieren kommen. „Der Hausarzt ist meist der erste Ansprechpartner für diese Patienten. Ihm kommt eine Schlüsselrolle in der Steuerung von Diagnostik und Therapie zu. Vor allem die vorbeugenden Therapien müssen mehr eingesetzt werden als bislang“, so Prof. Dr. med. Zaza Katsarava, Präsident der European Headache Federation und DMKG-Kopfschmerzexperte.**

Migräne und Spannungskopfschmerzen sind Volkskrankheiten. In der Therapie stehen nicht nur Akutmedikamente zur Verfügung. Gerade bei Patienten mit zunehmend häufigen Kopfschmerzen kommt prophylaktischen Maßnahmen eine enorme Bedeutung zu. Die private und berufliche Belastung steigt vor allem bei Betroffenen mit 8 und mehr Kopfschmerztagen pro Monat sprunghaft an. In der Regel wirken sich die Kopfschmerzen nicht nur auf das persönliche und das gesamte soziale Umfeld aus. Oft kommt es begleitend zu Angststörungen und Depressionen. Wissen sich Patienten nur mit Schmerzmitteln zu helfen, kann der Schmerz chronifizieren und es können internistische Komplikationen hinzukommen – ein Teufelskreis. Hat sich der Kopfschmerz erst einmal chronifiziert, wird die Behandlung deutlich schwieriger. Therapeutisch sind dann oft multimodale Therapieansätze durch Ärzte, Psychologen und Physiotherapeuten erforderlich [1].

### **Prophylaxe beugt chronischen Kopfschmerzen vor**

Circa 2–3 Prozent der Weltbevölkerung leiden an mehr als 15 Tagen pro Monat an Kopfschmerzen und circa die Hälfte der Betroffenen nimmt zu oft Schmerzmittel ein. Bei einer regelmäßigen Einnahme von Schmerzmitteln an mehr als 9 Tagen pro Monat liegt bereits ein schädlicher Übergebrauch vor! Es ist erwiesen, dass einer Chronifizierung von Kopfschmerzen vorgebeugt werden kann, wenn die Risikofaktoren rechtzeitig erkannt und gezielt behandelt werden. Diese sind eine Kopfschmerzfrequenz von mehr als 7 Kopfschmerztagen pro Monat, die häufige Einnahme von Schmerzmitteln, begleitende Depressionen, Angsterkrankungen und zusätzliche andere Schmerzerkrankungen wie Rücken- und Nackenschmerzen [2].

### **Hausarztpraxen spielen in der Behandlung von Kopfschmerzen eine entscheidende Rolle**

„Wir wissen, dass es in der Hausarztpraxis teilweise an der nötigen Zeit fehlt, die besonders schwer betroffenen Patienten adäquat zu beraten und zu therapieren“, sagt Prof. Katsarava. Er weist auf

eine paneuropäische Studie hin, die gezeigt hat, dass ein Großteil der Migränepatienten keine adäquate Akuttherapie und vor allem nicht die leitliniengerechte prophylaktische Therapie erhält, die sie medizinisch benötigten [3]. Auch eine kürzlich durchgeführte Studie in Hausarztpraxen in Deutschland, Lettland, der Türkei und Portugal zeigt Optimierungsbedarf bei der Behandlung von Kopfschmerzpatienten auf [4]. Eine gute Versorgung von Kopfschmerzpatienten ist eine gemeinschaftliche Aufgabe von Hausärzten, Neurologen und Kopfschmerzspezialisten. Dieser medizinischen und gesundheitspolitischen Herausforderung stellen sich EHF und DMKG. Die EHF hat ein Dreistufensystem entwickelt, welches auf einer hochqualitativen Primärversorgung durch die Hausärzte fußt und nur die komplexeren Patienten an die Fachärzte bzw. universitäre Einrichtungen weiterleitet [5]. Um die Hausärzte bei der Versorgung der Kopfschmerzpatienten zu unterstützen, bietet die DMKG kostenfrei umfassendes Informationsmaterial für Ärzte und Patienten an.

### **Die Risikofaktoren für eine Chronifizierung brauchen mehr Beachtung**

Ziel ist, durch eine verbesserte Kooperation zwischen Hausärzten, Neurologen und Kopfschmerzspezialisten flächendeckend zu erreichen, dass in der Hausarztpraxis auch differenzierte Kopfschmerzdiagnosen gestellt werden und Patienten mit hohem Risiko für eine Chronifizierung in der Hausarztpraxis erkannt und frühzeitig an den Facharzt überwiesen werden. In der Hausarztpraxis sollen eine gezielte Akuttherapie und erste Maßnahmen der medikamentösen und nicht medikamentösen Prophylaxe eingeleitet werden. „Ein wesentlicher Vorteil für die Hausärzte ist, dass sie ihre Patienten kennen und daher Risikofaktoren für eine Chronifizierung früh erkennen“, betont Prof. Katsarava.

### **Durch Edukation zur besseren Kopfschmerzversorgung**

Der Schlüssel zum Erfolg liegt in der Wissensvermittlung und Edukation. Die DMKG bietet hierzu strukturierte Fortbildungen für Ärzte und medizinisches Fachpersonal an. Damit kann eine konsequente Umsetzung von differenzierten Konzepten in der Kopfschmerztherapie noch besser gewährleistet werden, wie kürzlich in einer Studie in Estland gezeigt werden konnte [6]. Gemeinsames Ziel ist es, auch in Deutschland die Qualität der medizinischen Versorgung von Kopfschmerzpatienten weiter nachhaltig zu verbessern.

### **Termine zum Thema Kopfschmerzen**

11. September 2021

Deutschsprachiger [Fortbildungstag Kopfschmerz](#) im Rahmen des International Headache Congress (8.–12. September)

Initiiert von der Deutschen Gesellschaft für Schmerzmedizin e.V. (DGS) und der Deutschen Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft e.V. (DMKG). Neun Vorträge von Kopfschmerzexperten, darunter Prof. Zaza Katsarava, mit praxisrelevanten Themen für Hausärzte zum obigen Thema.

20.–23. Oktober 2021

[Deutscher Schmerzkongress](#)

Unter dem Motto „Wissen schaffen – Wissen leben“ ist ein Hauptthema die Migräne- und Kopfschmerztherapie im Erwachsenen- und Jugendalter.

**Laufend Fortbildungsangebote** und kostenfreie **Informationsmaterialien der DMKG für Patienten** unter [www.dmkg.de](http://www.dmkg.de) und unter [www.angriff-kopfschmerzen.de](http://www.angriff-kopfschmerzen.de)

**Fortbildung für medizinisches Fachpersonal:** Headache-Nurse-Kurse der DMKG. Termine unter [www.dmkg.de](http://www.dmkg.de) und unter [www.angriff-kopfschmerzen.de](http://www.angriff-kopfschmerzen.de)

## Literatur

- [1] Diener HC, Gaul C, Kropp P et al. Kopfschmerz bei Übergebrauch von Schmerz- und Migränemitteln. Leitlinien der Deutschen Gesellschaft für Neurologie 2018.
- [2] Katsarava Z, Schneeweiss S, Kurth T et al. Incidence and predictors for chronicity of headache in patients with episodic migraine. *Neurology* 2004;62:788-90. doi:10.1212/01.wnl.0000113747.18760.d2.
- [3] Katsarava Z, Mania M, Lampl C et al. Poor medical care for people with migraine in Europe – evidence from the Eurolightstudy. *J Headache Pain* 2018;19:10. doi:10.1186/s10194-018-0839-1.
- [4] Lenz B, Katsarava Z, Gil-Gouveia R et al. European Headache Federation and Lifting The Burden: the Global Campaign against Headache. Headache service quality evaluation: implementation of quality indicators in primary care in Europe. *J Headache Pain* 2021;22:33. doi:10.1186/s10194-021-01236-4.
- [5] Steiner TJ, Jensen R, Katsarava Z et al. Aids to management of headache disorders in primary care (2<sup>nd</sup> edition): on behalf of the European Headache Federation and Lifting The Burden: the Global Campaign against Headache. *J Headache Pain* 2019;20:57. doi:10.1186/s10194-018-0899-2.
- [6] Braschinsky M, Haldre S, Kals M et al. Structured education to improve primary care management of headache: how long do the benefits last? A follow-up observational study. *J Headache Pain* 2016;17:24. doi:10.1186/s10194-016-0613-1.

Zur besseren Lesbarkeit wurde auf die geschlechtsspezifische Schreibweise verzichtet. Alle personenbezogenen Bezeichnungen sind geschlechtsneutral zu verstehen.

## Pressekontakt

Pressestelle der Deutschen Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft e.V.  
Initiativenbüro »Attacke! Gemeinsam gegen Kopfschmerzen«  
c/o albertZWEI media GmbH, Oettingenstr. 25, 80538 München, Tel.: 089 4614 86-29  
E-Mail: [presse@attacke-kopfschmerzen.de](mailto:presse@attacke-kopfschmerzen.de)  
[www.attacke-kopfschmerzen.de](http://www.attacke-kopfschmerzen.de)  
Pressesprecher der DMKG: PD Dr. med. Charly Gaul

**Die Deutsche Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft e.V. (DMKG)** ist seit 1979 die interdisziplinäre wissenschaftliche Fachgesellschaft für Kopf- und Gesichtsschmerzen, in der Ärzte, Psychologen, Physiotherapeuten, Pharmakologen und Apotheker organisiert sind. Der unabhängige und gemeinnützige Verein setzt sich für die Verbesserung der Therapie der vielen Millionen Patient:innen in Deutschland mit akuten und chronischen Kopfschmerzen ein. Die Fachgesellschaft fördert die Forschung und organisiert Fortbildungen für medizinische Fachberufe sowie einmal jährlich den Deutschen Schmerzkongress gemeinsam mit der Deutschen Schmerzgesellschaft. Die DMKG ist Mitglied in der Deutschen Gesellschaft für Neurologie (DGN) und in der Weltkopfschmerzgesellschaft (International Headache Society).

Mit der Initiative »Attacke! Gemeinsam gegen Kopfschmerzen« will die DMKG die Kopfschmerzversorgung verbessern. Im Fokus stehen Migräne, Medikamenteninduzierter Kopfschmerz, Spannungskopfschmerz und Clusterkopfschmerz. Wer in der Versorgung von Kopfschmerzpatienten tätig ist, kann das Informationsangebot nutzen: [www.attacke-kopfschmerzen.de](http://www.attacke-kopfschmerzen.de)