

PRESSEMITTEILUNG

04.09.2023

Am 5. September ist Weltkopfschmerztag: Vielfältige Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten

Hemer. Zum Weltkopfschmerztag am 5. September möchte Dr. Pieter Roelvink, Sektionsleiter der Neurologie der DGD Stadtklinik Hemer, das Thema Kopfschmerzen näher ins Rampenlicht rücken und über verschiedene Arten von Kopfschmerzen und ihre Ursachen aufklären sowie auf Möglichkeiten zur Vorbeugung und Linderung hinweisen.

„Kopfschmerzen sind ein weit verbreitetes Leiden und eine der häufigsten Beschwerden, die Menschen unterschiedlichen Alters, Geschlechts und Hintergrunds betreffen“, weiß der Neurologe Dr. Roelvink und zählt rund 250 verschiedene Arten von Kopfschmerzen, wobei Spannungskopfschmerzen mit etwa 90 Prozent die häufigsten sind. Meist spielen sich Kopfschmerzen im Verborgenen ab und können durch verschiedene Faktoren wie Stress, Wetterumschwünge, Hormonschwankungen, Haltungsfehler oder einseitige Belastungen ausgelöst und verschlimmert werden. Auch Bluthochdruck, Nervenreizungen, Muskelverspannungen oder Medikamentennebenwirkungen können ebenfalls Kopfschmerzen verursachen.

Dr. Roelvink beschreibt unterschiedliche Ausprägungen des Kopfschmerzes: „Die Symptome variieren, aber Spannungskopfschmerzen werden oft als dumpf und drückend beschrieben. Sie können mit erhöhter Lärm- und Lichtempfindlichkeit einhergehen, Übelkeit, Brechreiz oder Sehstörungen sind selten. Die Schmerzen betreffen normalerweise beide Kopfhälften, insbesondere die Stirn, Schläfen oder den Scheitel, und dauern in der Regel zwischen einer halben Stunde und einigen Tagen an.“

„Es ist wichtig zu wissen, dass Kopfschmerzen in den meisten Fällen harmlos sind und oft mit Schmerzmitteln oder Hausmitteln behandelt werden können“, so Dr. Roelvink. Aber was hilft gegen Kopfschmerzen? „Um die Art der Kopfschmerzen festzustellen, ist es wichtig, einen Arzt aufzusuchen und möglicherweise ein Kopfschmerz-Tagebuch zu führen, in dem die Schmerzen genau dokumentiert werden. Dies kann bei der Diagnose und der Identifizierung von Auslösern helfen“, rät Dr. Roelvink.

Die Behandlung von Kopfschmerzen beschreibt der erfahrene Neurologe der Stadtklinik als individuell und mit möglichen Auswirkungen auf den Lebensstil. „So können weniger Fernsehen, eine gute Sitzposition am Schreibtisch oder ein gesundes Raumklima ebenso hilfreich sein, wie Bewegung, Muskelentspannung oder eine Ernährungsumstellung. Insbesondere die Reduzierung von Histaminen und Kohlenhydraten kann Symptome bei chronischen Kopfschmerzen und Migräne lindern.“ Klassische Schmerzmittel wie Acetylsalicylsäure (Aspirin), Paracetamol oder Ibuprofen können bei Spannungskopfschmerzen wirksam sein, sollten nach Dr. Roelvink jedoch nicht häufiger als zehnmal im Monat eingenommen werden, um Nebenwirkungen zu vermeiden.

„Bei schweren oder wiederkehrenden Kopfschmerzen sollte eine ärztliche Untersuchung erfolgen. Bei schwereren Formen des Kopfschmerzes wie Migräne oder Clusterkopfschmerzen wird gegebenenfalls eine spezialisierte Therapie erforderlich sein“, betont Dr. Roelvink. Für die Therapie der akuten Migräneattacke stehen Analgetika, nicht steroidale Antirheumatika und Triptane zur Verfügung. „Bemerkenswert ist allerdings, dass in Deutschland weniger als 10 Prozent aller Patientinnen und Patienten mit Migräne einmal pro Jahr ein Rezept über ein sogenanntes Triptan erhalten. Dies kann in der Praxis nur bedeuten, dass offenbar vielen Betroffenen eine hoch wirksame und inzwischen auch ökonomisch



Krankenhausbetriebsleitung

Klinikmanagerin
Barbara Bieding
Ärztlicher Direktor
Dr. med. Yavuz Yildirim-Fahlbusch
Pflegedirektorin
Gudrun Strohdeicher

Abteilungen

Innere Medizin
Chefarzt
Dr. med. Yavuz Yildirim-Fahlbusch
Allgemein- & Viszeralchirurgie
Chefarzt
Dr. med. Thomas Morkramer
Orthopädie & Unfallchirurgie
Chefarzt
Mevait Arapi
Wirbelsäulenchirurgie
Chefarzt
Dr. med. Karsten Knizia
Anästhesie
Intensiv- & Notfallmedizin
Chefarzt
Dr. med. Marcus Hintz
Sektion Neurologie
Leitender Oberarzt
Dr. med. Pieter Roelvink
Zentrale Notaufnahme
Leitende Ärztin
Reinhild Scholz- Jedamzik



vertretbare Therapie vorenthalten wird“, schildert der Mediziner. „Vergleicht man den Stand der Wissenschaft und der Therapie bei der Migräne mit dem Zeitraum von vor 30 Jahren hat es doch ganz erhebliche Fortschritte in der Therapie akuter Migräneattacken und der Migräneprophylaxe gegeben. Die richtige Behandlung kann die Lebensqualität erheblich verbessern und die Belastung durch Kopfschmerzen oder Migräne reduzieren.“



Dr. med. Pieter Roelvink (Sektionsleiter der Neurologie, DGD Stadtklinik Hemer) zum Weltkopfschmerztag am 5. September (Foto: Anja Haak, DGD Stadtklinik Hemer)

Die **DGD Stiftung** mit ihrer Holding in Marburg ist ein Verbund diakonischer Gesundheitseinrichtungen. Dazu zählen Krankenhäuser, Rehakliniken, Medizinische Versorgungszentren (MVZ), Senioreneinrichtungen sowie zwei Pflegeschulen. Insgesamt arbeiten über 3.700 Menschen für die Organisation. Die DGD Stiftung ist Mitglied im Diakonischen Werk Hessen und Nassau und Kurhessen-Waldeck e.V. Sie gehört zur Diakonie Deutschland und zum Gnadauer Gemeinschaftsverband. „DGD“ steht für Deutscher Gemeinschafts-Diakonieverband.

Die **DGD Stadtklinik Hemer** ist seit Jahrzehnten das Akutkrankenhaus der Stadt Hemer und Umgebung. Die Klinik mit familiärer Atmosphäre liegt im Herzen der Stadt und bietet zugleich eine sehr gute Verkehrsanbindung ins Ruhrgebiet. Sie verfügt über ein breites Leistungsspektrum mit Innerer Medizin, Allgemein- und Viszeralchirurgie, Unfallchirurgie und Orthopädie, Wirbelsäulenchirurgie, Anästhesie, Intensiv- und Notfallmedizin sowie der Sektion Neurologie, der Zentralen Notaufnahme und einem Medizinischen Versorgungszentrum für Orthopädie und Unfallchirurgie. Das zertifizierte EndoProthetikZentrum ist Ausdruck des fachlich hohen Qualitätsanspruchs und der überregionalen Bedeutung.