

## Anzeichen einer Migräne

Es gibt verschiedene Formen sogenannter primärer Kopfschmerzen. Als primär werden Kopfschmerzen bezeichnet, die nicht durch eine bestimmte Ursache ausgelöst werden, wie zum Beispiel durch eine andere Erkrankung oder weil man sich den Kopf gestoßen hat. Die wichtigsten Arten primärer Kopfschmerzen sind:

## Spannungskopfschmerzen:

- Spannungskopfschmerzen fühlen sich drückend, dumpf oder ziehend an und machen sich auf beiden Kopfseiten bemerkbar.
- Der Schmerz ist leicht bis mittelstark.
- Die Kopfschmerzen können über eine halbe Stunde bis zu einigen Tagen andauern.
- Im Allgemeinen treten sie nicht häufiger als einmal im Monat auf.
- Die Schmerzen verursachen keine Übelkeit, können aber mit einer Lichtempfindlichkeit verbunden sein.
- Körperliche Aktivität verstärkt die Beschwerden nicht.
- Spannungskopfschmerzen sind die häufigste Kopfschmerzart. Sie können auch bei Menschen auftreten, die Migräne haben.

## Cluster-Kopfschmerzen:

- Cluster-Kopfschmerzen zeichnen sich durch brennende oder stechende Schmerzen aus, die auf einer Kopfseite um das Auge herum empfunden werden. Meist ist immer dieselbe Seite betroffen.
- Der Schmerz ist stark.
- Die Kopfschmerzanfälle dauern zwischen 15 Minuten und drei Stunden.
- Sie treten sehr häufig auf - jeden zweiten Tag meist mehrmals täglich.
- Außer den Kopfschmerzen kann diese Schmerzart zu einer verstopften Nase, tränenden Augen und anderen Beschwerden im Bereich der Augen und der Nase führen.
- Cluster-Kopfschmerzen sind nicht häufig. Meist sind Männer betroffen.

## Migräne:

- Ein Migräneanfall ist mit intensiven, pulsierenden,

hämmernden oder pochenden Schmerzen verbunden, die sich meist im vorderen Kopfbereich konzentrieren. Der Schmerz tritt halbseitig, aber nicht immer auf derselben Seite auf.

- Der Schmerz ist mittelstark bis stark.
- Die Kopfschmerzen dauern bei Erwachsenen und Jugendlichen über mindestens vier Stunden bis zu drei Tagen an; bei Kindern dauern sie mindestens zwei Stunden und können schneller wieder abklingen.
- Als Migräne werden die Schmerzen eingestuft, wenn sie mehr als fünf Mal episodisch aufgetreten sind. Bei Frauen melden sie sich manchmal um die Menstruation herum.
- Außer dem Schmerz verursacht eine Migräne normalerweise auch eine Empfindlichkeit gegenüber Licht und / oder Geräuschen. Sie ist häufig auch mit Übelkeit verbunden.
- Eine Migräne kann, muss jedoch nicht von einer sogenannten "Aura" begleitet sein: Damit sind Sehstörungen oder visuelle Eindrücke wie Lichtblitze gemeint. Eine Aura kann vor oder während einer Migräneattacke auftreten.
- Körperliche Aktivitäten verstärken die Beschwerden in der Regel.
- Migräne ist zwar nicht so häufig wie Spannungskopfschmerz, betrifft jedoch viele Erwachsene und auch Kinder. Frauen haben häufiger Migräne als Männer.

Menschen, die einen Migräneanfall haben, müssen sich häufig in einen ruhigen und abgedunkelten Raum zurückziehen und hinlegen, weil sie Licht, Geräusche und Bewegung nicht ertragen. Diese Überempfindlichkeit ist einer der Hauptunterschiede zwischen Migräne und anderen Kopfschmerzarten.

Kinder, die Migräne haben, vermeiden normalerweise helles Licht. Während einer Migräneattacke wirken sie meist blass, oft wird ihnen übel und sie müssen sich übergeben. Es können auch Unterleibsschmerzen auftreten, die eine Stunde bis drei Tage andauern können. Dieses Phänomen wird häufig als "Bauchmigräne" bezeichnet. Medizin und Wissenschaft sind sich jedoch nicht darüber einig, ob dies eine besondere Form der Migräne bei Kindern ist, die hauptsächlich Bauch- statt Kopfschmerzen auslöst.

*Autor: Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)*

## Quellen

## Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Dem Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) obliegt von Gesetzes wegen die wissenschaftliche Bewertung des Nutzens, der Qualität und der Wirtschaftlichkeit von medizinischen Leistungen. Dazu gehören auch die Nutzenbewertung von Arzneimitteln sowie die Herausgabe von Gesundheitsinformationen für Bürger und Patienten.

## Wissenschaftliche Basis dieser Gesundheitsinformation

Unsere Informationen basieren primär auf so genannten systematischen Übersichten. Um ein objektives Bild über eine medizinische Maßnahme zu erhalten, ist eine systematische Übersicht notwendig. Hierzu werden zunächst die relevanten Fragestellungen formuliert. Zu diesen Fragen werden Forscher dann alle Studien zu diesem Thema suchen und auswerten.

Eine Liste der berücksichtigten wissenschaftlichen Literatur dieser Gesundheitsinformation finden Sie unter [www.gesundheitsinformation.de](http://www.gesundheitsinformation.de).

## Hinweis für die Nutzer:

Diese Gesundheitsinformationen wurden vom Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) erstellt und veröffentlicht. Sie basieren auf der Bewertung der zum Zeitpunkt der Erstellung verfügbaren wissenschaftlichen Literatur und anderer Informationsquellen.

Gesundheitsinformationen des IQWiG werden ausschließlich für Patienten in Deutschland zur Verfügung gestellt. Die Informationen sollten nicht für die Erstellung eigenständiger Diagnosen verwendet werden, da sie eine Beratung zwischen Ärztin/Arzt und Patientin/Patient nicht ersetzen können und nicht ersetzen sollen.