

Inhaltsverzeichnis

1	Kopfschmerzen muss man nicht einfach hinnehmen	1
	Es kommt auf Sie allein an	2
	... aber Sie sind nicht allein!.	3
2	Wie Schmerzen entstehen	5
	Das Ordnungssystem für Kopfschmerzen	5
	Schmerzen als eigenständige Erkrankungen	10
	Entstehung von Schmerzkrankheiten	12
3	Kopfschmerzhäufigkeit und Folgen	15
	Die häufigsten Kopfschmerzformen	16
	Der Kopfschmerzeisberg.	16
	Volkskrankheit Nr. 1 und Folgen	17
4	Wie die richtige Kopfschmerzdiagnose gestellt wird	19
	Der Kopfschmerz-Schnelltest.	19
	Der Kieler Kopfschmerzfragebogen.	21
	Welcher Arzt ist für Kopfschmerzen zuständig	24
	Die Arzt-Checkliste	29
	Die Kopfschmerzsprechstunde.	30
	Die körperliche Untersuchung	41
	Apparative Zusatzuntersuchungen	42
	Warnsignale gefährlicher Kopfschmerzen.	49
5	Migräne	51
	Schneller denken, tiefer empfinden.	51
	Die drei Phasen der Migräne	53
	Die Migräneformen	63
	Gleichzeitiges Bestehen mehrerer Kopfschmerzformen	67
	Migräne in der Öffentlichkeit	68
	Wie Migränepatienten ihre Behinderung beschreiben.	71
	Migräne in der Bevölkerung	73
	Migräne und Psyche	77
	Rolle der Vererbung - Schlüssel zum Migräne-Gen	78
	Behinderung, Arbeitsausfall und Freizeitverlust durch Migräne	81
	Was die Betroffenen über Migräne wissen.	86
	Migräne und Arztkonsultation	88
	Entstehung der Migräne.	91
	Was im Körper bei Migräneanfällen geschieht	94
	Migräneprevorbeugung durch Verhaltensanpassung	124
	Migräneprevorbeugung mit Medikamenten	144
	Medikamentöse Behandlung des Migräneanfalls	166

	Selbstbehandlung bei Migräne	192
	Migräne bei Kindern	192
	Migräne im Leben der Frau	206
6	Kopfschmerz vom Spannungstyp.	213
	Entweder episodische oder chronische Form.	213
	Kopfschmerz vom Spannungstyp in der Bevölkerung	218
	Wie der Kopfschmerz vom Spannungstyp entsteht.	221
	Nichtmedikamentöse Behandlung des Kopfschmerzes vom Spannungstyp	230
	Medikamentöse Therapie des Kopfschmerzes vom Spannungstyp.	240
7	Medikamentenübergebrauch-Kopfschmerz (MÜK)	253
	Häufigkeit des Medikamentenübergebrauch-Kopfschmerzes	256
	Symptome des Medikamentenübergebrauch-Kopfschmerzes.	258
	Höchste Gefahr bei Kombinationspräparaten!	261
	Wann es kritisch wird	262
	Wie Medikamentenübergebrauch-Kopfschmerz entsteht.	263
	Behandlung des Medikamentenübergebrauch-Kopfschmerzes.	265
8	Clusterkopfschmerzen	271
	Schmerz namenlos	271
	Ein Schicksal	272
	Kopfschmerzen haufenweise	275
	Vorkommen.	276
	Symptome	277
	Diagnose	280
	Verlauf	282
	Entstehung von Clusterkopfschmerzen	283
	Verhaltensmedizinische und nichtmedikamentöse Behandlungsmaßnahmen	284
	Behandlung der akuten Clusterkopfschmerzattacke	285
	Medikamentöse Prophylaxe	287
9	Verschiedenartige Kopfschmerzformen ohne strukturelle Veränderungen im Nervensystem	293
10	Sekundäre Kopfschmerzen	295
	Kopfschmerz nach Schädelverletzung	296
	Kopfschmerz bei Blutgefäßstörungen im Gehirn	296
	Kopfschmerz bei anderen Störungen des Gehirns.	296
	Kopfschmerzen durch Substanzwirkungen	297
	Kopfschmerzen bei Stoffwechselstörungen	297
	Kopfschmerzen bei Erkrankungen von Gesichts- und Kopfstrukturen	298
	Kopf- und Gesichtsneuralgien	298
	Atypischer Gesichtsschmerz	300
11	Unkonventionelle Behandlungsverfahren	301
	Was man unter unkonventionellen Behandlungsverfahren versteht	301

12	Serviceteil: Medikamente, Informationen und Adressen.	309
	Kopfschmerzmedikamente	309
	Kopfschmerzspezialisten	334
	Stationäre Kopfschmerztherapie	335
	Psychotherapie bei Kopfschmerzen.	337
	Tonträger für Entspannungstrainings	338
	Adressen.	340
	Gestaltung von Selbsthilfegruppentreffen	341
	Servicematerial zur Schmerzdokumentation	343
	Stichwortverzeichnis	345