

- 9 Kopfschmerzarten und ihre Diagnose
- 10 Erkennen und untersuchen lassen
  - 10 Welche Kopfschmerzarten gibt es?
  - 15 Wie kommen Kopfschmerzen zustande?
  - 17 Ist Migräne gefährlich?
  - 17 Wie werden Kopfschmerzen diagnostiziert?
  - 17 Wann sollte man einen Arzt aufsuchen?
  - 20 Welchen Arzt sollte man mit Kopfschmerzen aufsuchen?
  - 20 Welche Untersuchungen sind notwendig?
- 23 Migräne
- 24 Definition, Verlauf und Ursachen der Migräne
  - 24 Wie ist Migräne definiert?
  - 25 Was ist eine Migräneaura?
  - 26 Wie häufig ist die Migräne?
  - 26 Welche Phasen hat die Migräneattacke?
  - 27 Wie verläuft die Migräne?
  - 28 Wie kommt die Migräne zustande?
  - 30 Welche Rolle spielt die Vererbung?
  - 30 Welche Unterformen der Migräne gibt es?
  - 30 Welche Faktoren können Migräneattacken auslösen?
- 35 Welche Begleiterkrankungen und Risiken gibt es?
- 39 Behandlung der akuten Attacke
- 40 Therapien mit und ohne Medikamente
  - 40 Medikamentöse Behandlung von akuten Attacken
  - 50 Nicht medikamentöse Behandlung
- 53 Besonderheiten bei der Akutbehandlung
- 54 Worauf bei einer Behandlung zu achten ist
  - 54 Wenn Tabletten nicht wirken
  - 55 Migräneattacken bei Kindern und Jugendlichen
  - 55 Ältere Menschen
  - 55 Schwangerschaft und Stillzeit
  - 56 Menstruation
  - 56 Status migraenosus
- 59 Vorbeugung mit Medikamenten
- 60 Medikamente und Tipps zur Einnahme
  - 60 Medikamente zur Vorbeugung
  - 67 Praktische Tipps zur medikamentösen Vorbeugung

- 71 **Vorbeugung mit Antikörpern**
- 72 **Die Antikörper-Strategie**
- 77 **Besondere Patientengruppen**
- 78 **Medikamentöse Therapie**
  - 78 Kinder und Jugendliche
  - 79 Ältere Menschen
  - 80 Schwangerschaft und Stillzeit
  - 80 Patienten mit chronischer Migräne
  - 82 Patienten mit Begleiterkrankungen
- 87 **Kopfschmerzen durch Medikamente**
- 88 **Behandlungskonzepte**
- 95 **Vorbeugung ohne Medikamente**
- 96 **Therapieempfehlungen**
  - 97 Ausdauersport
  - 98 Physiotherapie
- 98 Entspannungsverfahren
- 98 Stressbewältigungstraining
- 99 Psychotherapie
- 99 Änderung des Lebensstils
- 100 Ernährung
- 101 Akupunktur
- 102 Biofeedback
- 102 Multimodale Therapie
- 103 Blockieren der Hinterhauptnerven
- 103 Neurostimulation
- 105 **Nicht empfohlene Therapien**
- 106 **Von Aromatherapie bis zu Vitaminen**
- 109 **Mythen über die Migräne**
- 110 **Was ist wahr und was ist falsch?**
- 113 **Service**
  - 113 Weiterführende Literatur
  - 113 Glossar
  - 114 Stichwortverzeichnis
  - 115 Empfehlungen von Prof. Dr. med. Hans Christoph Diener