

- 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 Migräne-attacke?
  - 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 Migräne-attacken 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 | <b>Vorbeugung mit Antikörpern</b>          |
| 72 | <b>Die Antikörper-Strategie</b>            |
| 77 | <b>Besondere Patienten-<br/>gruppen</b>    |
| 78 | <b>Medikamentöse Therapie</b>              |
| 78 | Kinder und Jugendliche                     |
| 79 | Ältere Menschen                            |
| 80 | Schwangerschaft und Stillzeit              |
| 80 | Patienten mit chronischer Migräne          |
| 82 | Patienten mit Begleiterkrankungen          |
| 87 | <b>Kopfschmerzen durch<br/>Medikamente</b> |
| 88 | <b>Behandlungskonzepte</b>                 |
| 95 | <b>Vorbeugung ohne<br/>Medikamente</b>     |
| 96 | <b>Therapieempfehlungen</b>                |
| 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 | <b>Nicht empfohlene<br/>Therapien</b>                    |
| 106 | <b>Von Aromatherapie bis zu<br/>Vitaminen</b>            |
| 109 | <b>Mythen über die Migräne</b>                           |
| 110 | <b>Was ist wahr und was<br/>ist falsch?</b>              |
| 113 | <b>Service</b>                                           |
| 113 | Weiterführende Literatur                                 |
| 113 | Glossar                                                  |
| 114 | Stichwortverzeichnis                                     |
| 115 | Empfehlungen von<br>Prof. Dr. med. Hans Christoph Diener |