



Eine Million Menschen in Österreich von Migräne betroffen Neuer MedUni Wien-Ratgeber für alle, die an wiederkehrenden Kopfschmerzen leiden

(Wien, 07-05-2024) Rund vier Milliarden Menschen weltweit sind von wiederkehrenden Kopfschmerzen betroffen, über 356 Millionen verbringen sogar mehr Tage ihres Lebens mit als ohne „Gewitter im Kopf“. Mehr als eine Milliarde – allein in Österreich eine Million – leidet an Migräne. Gerade Migränepatient:innen kann heute in vielen Fällen mit hocheffektiven Therapien geholfen werden, und doch haben rund 50 Prozent von ihnen noch nie ärztliche Hilfe in Anspruch genommen. Der aktuell erschienene Gesundheitsratgeber „Kopfschmerz. Richtig zuordnen und gezielt behandeln“ der MedUni Wien im MANZ-Verlag gibt einen umfassenden und wissenschaftlich fundierten Überblick über die Erkrankung sowie das breite Behandlungsspektrum von Migräne und anderen Formen von Kopfschmerzen.

Oft immer noch als subjektive Beschwerden oder gar Befindlichkeitsstörungen bagatellisiert, sind Kopfschmerzen nach Schlaganfall und Demenz der dritthäufigste Grund für einen krankheitsbedingten Verlust an gesunden Lebensjahren. Insbesondere Menschen mit Migräne sehen sich nach wie vor mit Mythen etwa einer (leistungsorientierten, ehrgeizigen, perfektionistischen, zwanghaften) „Migränepersönlichkeit“ konfrontiert oder mit der Überzeugung, dass man ohnehin nichts machen könne. „Vorstellungen wie diese sind nicht nur falsch, sondern auch mitverantwortlich dafür, dass Kopfschmerzen häufig erst mit großer Verzögerung diagnostisch geklärt und endlich wirkungsvoll behandelt werden“, betonen die Buchautor:innen Çiçek Wöber-Bingöl und Christian Wöber von der Universitätsklinik für Neurologie der MedUni Wien.

Klare biologische Ursachen

Gerade bei Migräne sind mittlerweile die neurobiologischen Grundlagen wissenschaftlich bestätigt. Mechanismen der Erkrankung wurden definiert und gezielte hocheffektive Therapien entwickelt. Einer wissenschaftlichen Prüfung unterzogen wurden auch viele Faktoren, die als Auslöser der Kopfschmerzattacken erachtet werden. „Migränetrigger sind sehr individuell und lassen sich nicht verallgemeinern“, betonen die Neurolog:innen. So zeigte eine Studie unter Beteiligung der MedUni Wien, dass bestimmte Wetterwerte mit derselben Häufigkeit das Migränrisiko erhöhen und verringern.

Besser leben mit Migräne

Für Migränepatient:innen stehen heute vielfältige Therapiemöglichkeiten zur Verfügung, die individuellen Erfordernissen entsprechend eingesetzt werden. Immer dann, wenn Migräneattacken den Alltag beeinträchtigen, ist ärztliche Begleitung unumgänglich. Ziel der Behandlung ist es, dass eine akute Attacke innerhalb von zwei Stunden abklingt und bei häufigen Attacken die Zahl der monatlichen Migränetage um mindestens 50 Prozent



reduziert wird. Erforderlich ist auch die aktive Beteiligung der Patient:innen. Dazu zählen ausreichende Flüssigkeitszufuhr, regelmäßige Mahlzeiten und genügend Schlaf ebenso wie Ausdauersport oder Entspannungstraining. „Wichtig ist es, die Betroffenen aktiv einzubinden und nicht alleine auf passive Therapien wie Akupunktur, Medikamente oder andere Maßnahme zu setzen“, stellen Çiçek Wöber-Bingöl und Christian Wöber klar. Spezieller Herangehensweisen bedarf es bei Kindern und Jugendlichen, Schwangeren und Personen über 60. „Dank beachtlicher Fortschritte gelingt es heute in den allermeisten Fällen, die Lebensqualität von Patient:innen mit Migräne deutlich zu verbessern“, ermutigen die Kopfschmerz-Expert:innen Betroffene dazu, die Schmerzen nicht hinzunehmen, sondern ärztliche Hilfe zu suchen.

Praktische und verlässliche Information

Neben der Migräne werden im neuen MedUni Wien-Gesundheitsratgeber der häufige Spannungs- und vergleichsweise seltene Clusterkopfschmerz ebenso abgehandelt wie der Kopfschmerz durch übermäßigen Medikamentengebrauch und eine Reihe weiterer Kopfschmerzen. Ziel der Autor:innen war es, den aktuellen Stand der Wissenschaft darzustellen und ihre langjährige ärztliche Erfahrung in der Diagnose und Behandlung von Kopfschmerzen einfließen zu lassen. Aus dieser Mischung entstand ein umfassendes und medizinisch fundiertes Buch, das auf rund 240 Seiten sowohl praktische Informationen als auch wissenschaftliche Erkenntnisse liefert. Das Buch richtet sich an all jene, die an wiederkehrenden Kopfschmerzen leiden, aber auch an deren Angehörige und an Menschen, die mit Betroffenen zu tun haben.

Buchtip: „Kopfschmerz. Richtig zuordnen, gezielt behandeln“, Çiçek Wöber-Bingöl, Christian Wöber, MedUni Wien im MANZ Verlag, ISBN 978-3-214-25238-0, 248 Seiten, 23,90 Euro. Erhältlich [online](#) und im Buchhandel.

Foto: Buchcover © MedUni Wien/MANZ Verlag

Veranstaltungshinweis: Anlässlich der Neuerscheinung lädt die MedUni Wien zu einem Vortrag zum Thema „Kopfschmerz richtig zuordnen und gezielt behandeln“:

- Do, 06.06.2024, 19:00 Uhr
- Vortragender: Christian Wöber, Universitätsklinik für Neurologie, MedUni Wien
- Ort: Van Swieten Saal der MedUni Wien, Van-Swieten-Gasse 1a, 1090 Wien
- [Info und Anmeldung](#), die Teilnahme ist kostenlos.



Rückfragen bitte an:

Mag. Johannes Angerer
**Leiter Kommunikation und
Öffentlichkeitsarbeit**
Tel.: 01/ 40 160-11501
E-Mail: pr@meduniwien.ac.at
Spitalgasse 23, 1090 Wien
www.meduniwien.ac.at/pr

Mag.^a Karin Kirschbichler
Kommunikation und Öffentlichkeitsarbeit
Tel.: 01/ 40 160-11505
E-Mail: pr@meduniwien.ac.at
Spitalgasse 23, 1090 Wien
www.meduniwien.ac.at/pr

Medizinische Universität Wien – Kurzprofil

Die Medizinische Universität Wien (kurz: MedUni Wien) ist eine der traditionsreichsten medizinischen Ausbildungs- und Forschungsstätten Europas. Mit rund 8.000 Studierenden ist sie heute die größte medizinische Ausbildungsstätte im deutschsprachigen Raum. Mit mehr als 6.000 Mitarbeiter:innen, 30 Universitätskliniken und zwei klinischen Instituten, zwölf medizintheoretischen Zentren und zahlreichen hochspezialisierten Laboratorien zählt sie zu den bedeutendsten Spitzenforschungsinstitutionen Europas im biomedizinischen Bereich. Die MedUni Wien besitzt mit dem Josephinum auch ein medizinhistorisches Museum.