

Bei Kopfschmerzen ist die interdisziplinäre Therapie, also die Zusammenarbeit verschiedener Fachbereiche wie Medizin, Psycho- und Physiotherapie sinnvoll. Ihre Beschwerden können auf diese Weise umfassend diagnostiziert und behandelt werden.

Die Behandlung umfasst

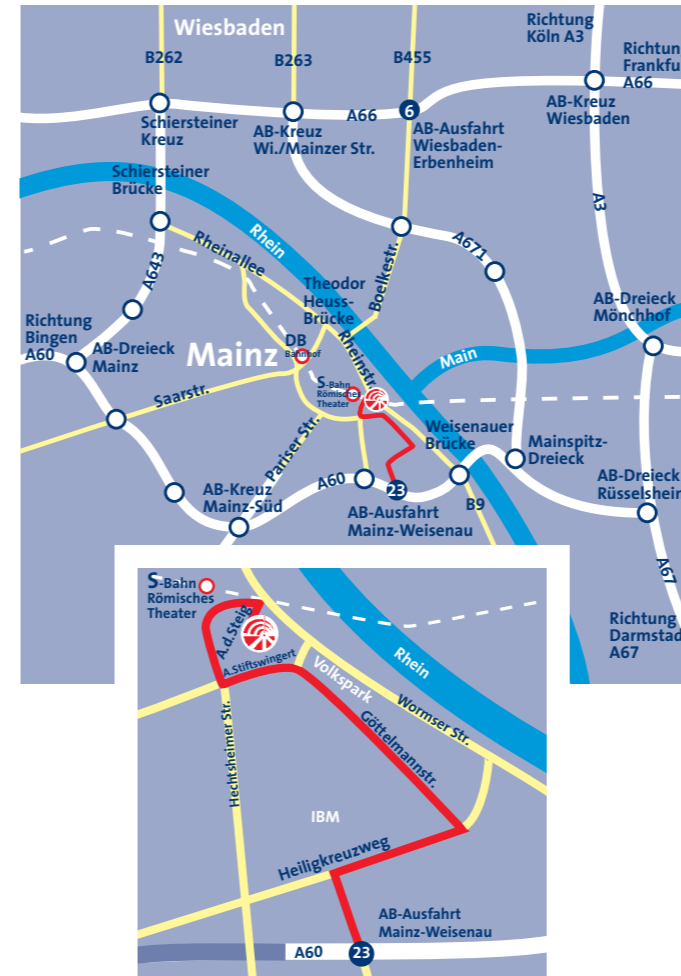
- Informationen über Ihre Kopfschmerzkrankung, Einflussfaktoren und eigene Bewältigungsmöglichkeiten
- medikamentöse Behandlung
- Medikamentenentzug
- Schmerzbewältigung
- Biofeedback
- Verhaltenstherapie
- Entspannungsverfahren
- Hypnotherapie
- Physiotherapie
- Ausdauertraining

Speziell für jüngere Patienten bieten wir Kinderkopfschmerzseminare „Stopp den Kopfschmerz“ an. Das umfassende Therapieprogramm, für Kinder und Jugendliche zwischen 8 und 14 Jahren, ist in acht Sitzungen à 90 Minuten aufgeteilt und findet wöchentlich statt.



Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie einen Schmerzfragebogen, damit wir uns individuell auf Sie vorbereiten können. Bitte füllen Sie diesen aus und schicken ihn mit allen verfügbaren Vorbefunden an uns zurück. Nach Durchsicht der Unterlagen werden Sie in unserer Spezialsprechstunde für chronische Kopfschmerzen umfassend körperlich und neurologisch untersucht. Ausgehend von der Diagnose empfehlen wir Ihnen eine ambulante, stationäre oder tagesklinische Behandlung. Unsere Fachärzte verfügen über langjährige Erfahrung mit Kopfschmerzpatienten und befassen sich intensiv mit wissenschaftlichen Fragestellungen bzgl. Kopfschmerzen. Das bedeutet, Ihnen stehen ausschließlich Spezialisten zur Verfügung!

Die Behandlungskosten übernehmen die Krankenkassen.



DRK Schmerz-Zentrum Mainz
Auf der Steig 16 · 55131 Mainz
Tel. (061 31) 98 85 30
Fax (061 31) 98 87 05
patinfo@drk-schmerz-zentrum.de
www.drk-schmerz-zentrum.de



**Deutsches
Rotes
Kreuz**



**Kopfschmerzen –
kann man gut behandeln**

DRK Schmerz-Zentrum Mainz



Sie sind nicht allein!

Mehr als zwei Drittel aller Menschen leiden während ihres Lebens zeitweise an Kopfschmerzen. Häufig sind bereits Kinder schon betroffen! Viele Menschen suchen aber keine professionelle Hilfe, da die Kopfschmerzen unregelmäßig auftreten und sie nicht wissen, an wen sie sich wenden sollen oder auch wenig Hoffnung auf Besserung haben. Viele Betroffene haben einen langen Leidensweg hinter sich, bis sie erstmalig einen Arzt aufsuchen.

Aber: Kopfschmerzen müssen Sie nicht einfach hinnehmen!

Mit einer spezifischen Therapie können Sie lernen, Ihre Kopfschmerzen und Ihren Körper besser zu verstehen, Einflussfaktoren einzuschätzen und Strategien im Umgang mit dem Schmerz zu entwickeln. Vor allem kann man Kindern bei frühzeitiger Diagnose und Therapie einen leidvollen Weg ersparen.

Diagnose

Die Medizin unterscheidet heute über 242 Formen von Kopfschmerzen. Am häufigsten sind Migräne und Spannungskopfschmerzen. 92 Prozent aller Betroffenen leiden unter einer dieser Kopfschmerzarten.

Migräne

Der Migränekopfschmerz ist in der Regel einseitig, pulsierend, pochend, von mittlerer bis starker Intensität und behindert die Tagesaktivität erheblich. Körperliche Aktivität verstärkt den Schmerz. Begleiterscheinungen sind Übelkeit, Erbrechen, Licht- und Lärmempfindlichkeit. Dieser Schmerz kann zwischen 4 und 72 Stunden anhalten.

Kopfschmerz vom Spannungstyp

Dieser Kopfschmerz wird in einen episodischen (weniger als 15 Tage im Monat) und chronischen Schmerz (mehr als 15 Tage im Monat oder auch dauerhaft) unterteilt. Der Schmerz ist häufig beidseitig, von drückender, ziehender Qualität. Körperliche Aktivität verstärkt den Schmerz nicht, der Schmerz kann aber die Aktivität einschränken. Licht- und Lärmempfindlichkeit können auch auftreten, die Gesichts- und Nackenmuskulatur kann zusätzlich verspannt sein.



Medikamenteninduzierter Kopfschmerz

Bei sehr häufigem Gebrauch von Schmerzmedikamenten kann sich das Kopfschmerzleiden verstärken und ein Dauerschmerz entstehen. Die Gefahr dieses neuen Kopfschmerzes aufgrund des Medikamentenübergebrauchs besteht bei einer regelmäßigen monatlichen Einnahme von 10-15 Tabletten über mehr als drei Monate. Nach Beendigung der Schmerzmitteleinnahme kommt es zu einer Reduktion der Beschwerden und die weiteren therapeutischen Maßnahmen können wirksam werden.

DRK Schmerz-Zentrum Mainz

Von der Diagnostik zur Therapie

Schmerzen benennen
Schmerzen verstehen
Schmerzen lindern

Gründliche Diagnostik führt zu einer abgestimmten Therapie mit drei Behandlungsmöglichkeiten:

konservativ – interventionell – operativ

