



Was tun, wenn der Kopf zerspringt?

Wie man die Symptome der verschiedenen Kopfschmerzarten richtig erkennt.

Kopfschmerzen sind nicht gleich Kopfschmerzen, deshalb achten Sie auf die Symptome.

Fast jeder von uns hat sie schon mal erlebt und oft aus den verschiedensten Gründen. Bei einer Grippe, nach einer langen Nacht mit zuviel Alkohol oder einfach aus heiterem Himmel: Kopfschmerzen! Die Ursachen hierfür können unterschiedlicher nicht sein. Daher spricht man im medizinischen Sinne nicht von einer Krankheit, sondern von einem unspezifischen Symptom. Bei jedem Kopfschmerz sind das Empfinden und die gesundheitliche Gefährdung anders. Für die richtige Behandlung ist eine genaue Unterscheidung nach Art des Schmerzes deshalb so wichtig.

So schnell akute Kopfschmerzen kommen, so schnell können sie auch wieder verschwinden!

Es gibt zum einen akute Kopfschmerzen, die zum Beispiel während eines grippalen Infektes auftreten können. Sie sind wie alle Kopfschmerzen zwar unangenehm, jedoch weitgehend ungefährlich, da sie rasch verschwinden, wenn auch die Ursache abgeklungen ist.

Chronische Kopfschmerzen sind hartnäckig und vor allem ernst zu nehmen!

Chronische Kopfschmerzen hingegen sind weitaus ernster zu nehmen. Sie quälen den Betroffenen ununterbrochen oder immer wieder in regelmäßigen Abständen. Die häufigsten Formen chronischer Kopfschmerzen sind:

Die Migräne

Sie tritt häufiger bei Frauen als bei Männern auf und ist oft familiär bedingt. Die Schmerzen sind meist einseitig und haben einen pulsierenden Charakter; die Attacken dauern zwischen 4 und 72 Stunden. Sie können bis zu sechs oder achtmal pro Monat auftreten, die Zeit zwischen den Attacken ist schmerzfrei. Doch gibt es oft noch weitere unangenehme Begleiterscheinungen wie Übelkeit bis zum Erbrechen oder Überempfindlichkeit gegen Lärm, Licht und Gerüche. Auch die Funktion der Darm- und Nierentätigkeit (Stuhlgang und Wasserlassen) kann während der Anfälle beeinträchtigt werden. Als Folge solcher Anfälle können Stimmungsschwankungen, Konzentrationsstörungen oder Schwindel auftreten. Auslöser sind oft ein rascher Wetterwechsel, Situationen vor bzw. nach psychischem Stress oder ein Wechsel im Schlaf-Wach-Rhythmus.

Der Spannungskopfschmerz

Er ist in der Regel beidseitig, macht sich als dumpf drückender Schmerz bemerkbar; tritt vorwiegend im Nacken- und Stirnbereich auf. Die Begleiterscheinungen, wie sie bei der Migräne zu finden sind, treten hier in der Regel nicht auf. Das Schmerzempfinden ist bei weitem nicht so ausgeprägt und steigert sich auch nicht bei körperlicher Anstrengung. Im Gegensatz zur Migräne kann man bei dieser Art von Kopfschmerzen täglich oder auch jeden zweiten Tag betroffen sein.

Der halswirbelsäulenbedingte Kopfschmerz

Typisch für diese Art ist sein tägliches Auftreten, die Beeinflussung durch entsprechende Kopfbewegungen und die Ausstrahlung der Schmerzen in den Schulter- und Armbereich. Sie sind leicht zu verwechseln mit Migräne oder Spannungskopfschmerzen, deshalb achten Sie bitte auf die Symptome, auf deren exakte Schilderung der Arzt für seine Diagnose auch angewiesen ist.

Der medikamentenbedingte Kopfschmerz

Er entsteht bei regelmäßiger bzw. sehr häufiger Einnahme von Schmerzmitteln. Da der Betroffene die entstandenen Kopfschmerzen wieder mit weiteren Medikamenten bekämpft, entsteht ein regelrechter Teufelskreis. Der totale Verzicht auf jegliche Schmerzmittel ist in diesem Fall die einzige Hilfe und in den häufigsten Fällen nur unter ärztlicher Aufsicht möglich.

Je genauer Sie Ihre Kopfschmerzen beschreiben, desto sicherer ist die Diagnose Ihres Arztes.

Manche Kopfschmerzen können ganz andere Ursachen haben. Nehmen Sie dann unbedingt ärztliche Hilfe in Anspruch.

Bei einem der folgenden Symptome behandeln Sie sich bitte nicht selbst, sondern fragen Sie auf jeden Fall Ihren Arzt:

Schlagartige, heftige und explosive Kopfschmerzen, Kopfschmerzen mit Taubheitsgefühl, Lähmungen, Sehstörungen, Nackensteifigkeit, Fieber, Lichtempfindlichkeit und Erbrechen. Wenn Kopfschmerzen nach einer Schädelverletzung nicht rasch abklingen, wenn Kopfschmerzen erstmals auftreten und tage- bzw. wochenlang anhalten, bei Wesensveränderungen, Bewusstlosigkeit oder Krampfanfällen.

Nur der Arzt kann den Kopfschmerz richtig einschätzen und Ihnen auch die Angst vor möglichen anderen Ursachen (zum Beispiel Hirnhautentzündung, Hirnblutung oder Hirntumor) nehmen. Es gibt heutzutage für fast alle Kopfschmerzen wirkungsvolle Behandlungsmethoden. Wichtig ist, dass sie richtig erkannt und mit den geeigneten Maßnahmen therapiert werden, statt einfach nur eine Tablette zu schlucken.