**Kopfschmerzen**

Unter Kopfschmerzen versteht man Schmerzen, die im Kopfbereich auftreten. Hierzu zählen auch Schmerzen hinter den Augen sowie Schmerzen im Nacken. Kopfschmerzen sind häufig. Nahezu jeder Mensch leidet im Laufe seines Lebens ein- oder mehrmals unter Kopfschmerzen. Etwa die Hälfte der Bevölkerung in den Industrieländern bekommt mindestens einmal im Monat Kopfschmerzen. Frauen sind etwas häufiger betroffen als Männer. Bei den Gründen für eine Konsultation des Hausarztes liegen Kopfschmerzen an dritter Stelle.

**Wie entstehen Kopfschmerzen?**

Kopfschmerzen können als eigenständige Krankheit (primär) oder als Folge oder Symptom einer anderen Krankheit (sekundär) vorkommen. Sie können unterschiedlich lange andauern.

Chronische Kopfschmerzen treten in ähnlicher Form über Monate bis Jahre hinweg immer wieder auf. Beispiele hierfür sind [Migräne](http://www.qualimedic.de/migraene.html), Spannungskopfschmerzen oder der Cluster-Kopfschmerz. Als Ursache für Migräne wird eine vorübergehende Fehlregulation der Hirndurchblutung vermutet. Zahlreiche Stoffe in Nahrungsmitteln und auch [Hormone](http://www.qualimedic.de/anatomie_aufbau_aussen.html) können bei empfindlichen Menschen einen Migräneanfall auslösen.

Dem Spannungskopfschmerz liegt eine starke innere Anspannung des Betroffenen zu Grunde. Diese führt häufig auch zu muskulären Verspannungen im Schulter- und Nackenbereich. Die Kopfschmerzen werden hierdurch verstärkt. Eine Fehlsichtigkeit, die nicht durch eine Brille ausgeglichen wird, kann zu Kopfschmerzen führen. Auch die regelmäßige Einnahme von [Schmerzmitteln](http://www.qualimedic.de/Schmerzen_schmerzmittel.html) kann Kopfschmerzen auslösen.

Kopfschmerzen, die Wochen bis Monate andauern, bezeichnet man als subakut. Sie können beispielsweise durch [Bluthochdruck](http://www.qualimedic.de/bluthochdruck.html) (Hypertonie) oder eine Entzündung der [Nasennebenhöhlen](http://www.qualimedic.de/nase.html) (Sinusitis) verursacht werden. Selten findet man eine Entzündung der Schläfen-Arterie (Arteriitis temporalis) oder einen Hirntumor als Ursache solcher [Schmerzen](http://www.qualimedic.de/schmerzen.html). Akute Kopfschmerzen dauern Stunden bis einige Tage lang an. Ursachen hierfür sind Entzündungen wie fieberhafte Infekte oder Entzündungen der Hirnhäute (Meningitis) oder des Gehirns (Enzephalitis). Auch Hirnblutungen und seltener [Schlaganfälle](http://www.qualimedic.de/schlaganfall.html) kommen als Auslöser in Betracht. Ein stark erhöhter Augeninnendruck (Glaukom) kann ebenfalls Kopfschmerzen hervorrufen.

**Symptome von Kopfschmerzen**

Allen Arten von Kopfschmerzen gemeinsam ist der im Kopfbereich gefühlte Schmerz. Dieser kann unterschiedlich in der Dauer, Intensität, Lokalisation und der Art sein (beispielsweise dumpf, stechend, pochend). Der Schmerz kann von anderen Symptomen begleitet werden. Es können beispielsweise [Sehstörungen](http://www.qualimedic.de/augenerkrankungen.html), Übelkeit, Erbrechen, Licht- oder Geräuschempfindlichkeit auftreten. Auch Augenrötung oder einseitiger Tränenfluss kommen beispielsweise beim Cluster-Kopfschmerz vor.

Liegt die Ursache für den Kopfschmerz im Gehirn wie zum Beispiel bei der [Hirnhautentzündung](http://www.qualimedic.de/hirnhautentzuendung.html) oder der Hirnblutung, kann es zu Änderungen des Bewusstseins kommen. Der Betroffene wird schwer ansprechbar, schläfrig, zum Teil auch verwirrt. Es tritt die so genannte Nackensteifigkeit (Meningismus) ein. Der Kopf kann hierbei nicht mehr nach vorne gebeugt werden. Bei entzündlichen Erkrankungen bekommt der Betroffene [Fieber](http://www.qualimedic.de/fieber.html).

**Wie werden Kopfschmerzen diagnostiziert?**

Bei der Diagnose von Kopfschmerzen sollte zunächst ein ausführliches Arztgespräch ([Anamnese](http://www.qualimedic.de/homoeopathie_anamnese.html)) erfolgen. Es kann so geklärt werden, wie lange die Kopfschmerzen bereits anhalten und ob sie konstant oder anfallsartig auftreten. Die Stärke und der Charakter der Schmerzen sollten beschrieben werden, ebenso wie die genaue Lokalisation und eventuell auftretende Begleitsymptome. Auch Beschwerden in anderen Körperregionen sollte der Betroffene im Arztgespräch erwähnen, ebenso wie bereits erfolgte Behandlungsversuche. Der Arzt führt eine körperliche Untersuchung einschließlich der neurologischen Untersuchung durch. Je nach Befund und möglicher Ursache der Kopfschmerzen sollten Untersuchungen bei anderen Ärzten durchgeführt werden wie beispielsweise beim Zahnarzt, Augenarzt oder Neurologen. Auch [Röntgenuntersuchungen](http://www.qualimedic.de/roentgen.html) der Halswirbelsäule oder der Nasennebenhöhlen können hilfreich bei der Diagnosestellung sein.

Besteht der Verdacht auf eine ernsthafte Erkrankung wie eine Hirnblutung, wird der Betroffene in ein Krankenhaus eingewiesen. Dort werden eine [Computertomographie](http://www.qualimedic.de/computertomographie.html) des Kopfs durchgeführt und in manchen Fällen auch Rückenmarksflüssigkeit entnommen (Lumbalpunktion).

Auch bei dauerhaft anhaltenden Kopfschmerzen können im Verlauf eine Computertomographie des Kopfs (CCT) oder ein [Elektroenzephalogramm](http://www.qualimedic.de/eeg.html) (EEG) notwendig sein, um die möglichen Ursachen der Schmerzen zu klären.

**Vielfältige Therapiemöglichkeiten**

So vielfältig die Ursachen für Kopfschmerzen sind, so sind dies auch die Therapiemöglichkeiten.

In vielen Fällen können Kopfschmerzen mit Medikamenten behandelt werden. Dies können Schmerzmittel wie Acetylsalicylsäure (ASS) [Paracetamol](http://www.qualimedic.de/schmerzen_schmerzmittel_leichte.html) oder sein, bei muskulären Verspannungen auch Diclofenac oder [Ibuprofen](http://www.qualimedic.de/schmerzen_schmerzmittel_starke.html). Für die Behandlung der Migräne und des Cluster-Kopfschmerzes stehen spezielle Medikamente (Triptane) zur Verfügung. Begleitsymptome wie beispielsweise Übelkeit werden mit anderen speziellen Medikamenten behandelt. Für jeden Betroffenen sollte individuell die am besten wirksame Therapie ermittelt werden.

Der Cluster-Kopfschmerz kann deutlich durch die Inhalation von Sauerstoff mithilfe einer Maske gemindert werden. Die Entzündung der Schläfenarterie (Arteriitis temporalis) wird über Monate bis Jahre mit Kortison behandelt.

Findet man eine behandelbare Ursache des Kopfschmerzes, sollte man versuchen, diese zu beseitigen. Eine Fehlsichtigkeit muss ausgeglichen, entzündete Zähne oder Nasennebenhöhlen behandelt werden. Ein bestehender Bluthochdruck muss durch Medikamente gesenkt werden.

Wird ein entzündlicher Zustand des Gehirns oder der Hirnhäute festgestellt, muss er zügig mit Antibiotika behandelt werden.

Ein Schlaganfall, eine Hirnblutung oder ein Hirntumor sind ebenfalls lebensbedrohliche Zustände. Betroffene mit diesen Krankheiten müssen im Krankenhaus versorgt werden.

**Wie verlaufen Kopfschmerzen?**

Der Verlauf der Kopfschmerzen hängt in erster Linie von der Ursache ab. Ist diese erkannt, lassen sich die Kopfschmerzen in den meisten Fällen sehr gut behandeln oder beseitigen. Auch die Anzahl wiederkehrender Anfälle wie bei Migräne kann man durch vorbeugende Medikamente vermindern.

Bei Entzündungen des Gehirns, Schlaganfällen und Hirnblutungen hängt der Verlauf der Erkrankung davon ab, wie schnell die Behandlung begonnen wird. Diese Krankheiten können ohne Folgeschäden ausheilen. Das Gehirn kann aber auch dauerhaft geschädigt werden. Es können unterschiedliche Langzeitfolgen auftreten wie beispielsweise Lähmungen oder Ausfälle verschiedener Körperfunktionen. Auch ein tödlicher Verlauf ist möglich.

**Kann man Kopfschmerzen vorbeugen?**

Ist eine bestimmte Ursache als Auslöser für Kopfschmerzen bekannt, sollte der Betroffene diesen auslösenden Faktor meiden. Beispielsweise kann man bestimmte Lebensmittel als Ursache für Migräne-Anfälle umgehen. Auch die vorbeugende Einnahme von Medikamenten bei sehr häufigen Migräne-Anfällen ist möglich.

Um einem Schlaganfall oder einer Hirnblutung vorzubeugen, müssen Risikofaktoren hierfür gemieden bzw. behandelt werden. Insbesondere die Senkung des hohen Blutdrucks als Risikofaktor ist wichtig. Außerdem sollte auf eine [gesunde Lebensführung](http://www.qualimedic.de/Ernaehrung_gesund.html) mit mäßigem Genuss von [Alkohol](http://www.qualimedic.de/drogen_alkohol.html) und fettreichem Essen, ohne Nikotin und mit ausreichend [Bewegung](http://www.qualimedic.de/ernaehrung_sport.html) geachtet werden.