

Dr. med. Andreas Peikert

Der große TRIAS-Ratgeber Kopfschmerzen, Migräne und Neuralgien

- Alles über die verschiedenen Kopf- und Gesichtsschmerzen
- Neue Medikamente und sanfte Alternativen
- Checklisten, Tagebuch und Tipps:
Werden Sie selbst aktiv



● Zu diesem Buch	10
● Ich habe Kopfschmerzen – Was bedeutet das?	11
Welche Informationen sind für die Diagnose wichtig?	12
▶ Checkliste zur Selbstbeurteilung	15
Wann muss ich einen Arzt aufsuchen?	18
Welcher Arzt ist der richtige?	20
Welche Untersuchungen sind notwendig?	20
Welche Selbstbehandlung ist sinnvoll?	26
● Migräne	27
Die verschiedenen Erscheinungsformen der Migräne	27
Welche Menschen bekommen Migräne?	35
Wie können Migräneanfälle ausgelöst werden?	37
Was wissen wir über die Entstehung der Migräne?	40
Wie wird eine Migräneattacke behandelt?	44
Was können Sie selber zur Vorbeugung tun?	52
Vorbeugung mit Medikamenten	54
● Kopfschmerz vom Spannungstyp	61
Die verschiedenen Erscheinungsformen des Spannungskopfschmerzes	61
Wer bekommt Kopfschmerzen vom Spannungstyp?	64
Wie entsteht ein Kopfschmerz vom Spannungstyp?	65
Was können Sie zur Behandlung von Spannungskopfschmerz selber tun?	67
Welche Medikamente kommen bei Spannungskopfschmerz in Frage?	70

● Cluster-Kopfschmerz und verwandte Kopfschmerzformen	74
Wie äußert sich der Cluster-Kopfschmerz?	74
Welche anderen Erkrankungen müssen ausgeschlossen werden?	75
Wie verläuft der Cluster-Kopfschmerz?	76
Was wissen wir über die Entstehung von Cluster-Kopfschmerzen?	77
Wie wird die Cluster-Attacke behandelt?	78
Maßnahmen zur Vorbeugung	79
Andere trigeminoautonome Kopfschmerzen	82
● Andere Kopfschmerzformen ohne nachweisbare Grunderkrankung	84
Idiopathischer stechender Kopfschmerz	84
Kopfschmerz durch äußeren Druck	84
Kältekopfschmerz	85
Hustenkopfschmerz	85
Anstrengungskopfschmerz	86
Kopfschmerzen bei sexueller Betätigung	86
Schlafkopfschmerz	88
Gutartiger Donnerschlagkopfschmerz	89
● Kopfschmerz nach Schädel- oder Halswirbelsäulentrauma	90
Welche Kopfschmerzen können nach Schädeltrauma auftreten?	90
Entstehungsmechanismen	91
Therapiemöglichkeiten	92
Das Halswirbelsäulen-Schleudertrauma (HWS-Distorsion)	92

● Gefäßerkrankungen des Kopfes	94
Durchblutungsstörungen und Blutungen im Kopf	94
Gefäßfehlbildungen	95
Erkrankungen der Halsschlagadern	96
Gefäßentzündung – die Arteriitis temporalis	97
● Kopfschmerz bei Erkrankungen des Gehirns	99
Veränderungen des Nervenwasserdrucks	99
Entzündungen	102
Hirntumoren	102
● Kopfschmerz durch Substanzen oder deren Entzug	103
Akute Substanzwirkung	103
Chronische Substanzwirkung	107
Schmerzmittelfehlgebrauch	107
Vom richtigen Umgang mit Kopfschmerzmitteln	112
Entzugskopfschmerz	113
● Kopfschmerz bei Allgemeinerkrankungen und Stoffwechselstörungen	114
Kann Bluthochdruck zu Kopfschmerzen führen?	117
● Schmerzen durch andere Erkrankungen an Kopf und Hals	119
Hals und Halswirbelsäule	119
Augen, Ohren, Nasennebenhöhlen	125
Zähne und Kauapparat	127

● Die Trigeminusneuralgie	129
Erscheinungsbild	130
Entstehung und Verlauf	131
Therapiemöglichkeiten	132
● Andere Neuralgien und Nervenschmerzen	137
Gesicht	137
Mund und Rachen	142
Ohr	143
Auge	144
Hals	145
Hinterkopf und Nacken	145
● Der atypische oder »idiopathische« Gesichtsschmerz	146
● Können Kopfschmerzen psychische Ursachen haben?	149
● Kopfschmerzbehandlung ohne Medikamente	151
Lokale Maßnahmen zum Selberanwenden	153
Biofeedback	154
Entspannungstraining	156
Verhaltenstherapie	159
Akupunktur	161
Elektrische Stimulationsverfahren	162
Physiotherapeutische Verfahren	164
● Kopfschmerzen bei Kindern	166
Wie äußert sich eine Migräne im Kindesalter?	166
Symptome des Spannungskopfschmerzes bei Kindern	167

Warum haben Kinder Kopfschmerzen?	167
Behandlungsmöglichkeiten	168
Was tun, wenn Ihr Kind Kopfschmerzen hat? Tipps für Eltern von der DMKG	169
● Kopfschmerzen in der Schwangerschaft	171
Wie verlaufen Kopfschmerzerkrankungen in der Schwangerschaft, und welche Formen kommen neu vor?	171
Welche Behandlung ist sicher für das Kind?	172
● Anhang	173
Die wichtigsten Medikamente	173
Häufig verwendete Abkürzungen	177
Literatur zum Thema Kopfschmerzen	178
Hilfreiche Adressen	179
● Sachverzeichnis	180