

Siegen, 2. September 2013

## **„Wenn der Kopf schmerzt“ – Hilfe zur Selbsthilfe zum Tag des Kopfschmerzes am 05. September**

DRK-Kinderklinik zeigt Möglichkeiten für Kinder und Jugendliche im Umgang mit Kopfschmerzen auf

Immer mehr Kinder und Jugendliche leiden regelmäßig an Kopfschmerzen. Mehrere in den letzten Jahren durchgeführte Untersuchungen insbesondere an Schülern haben gezeigt, dass in Abhängigkeit vom Alter 29% aller Kinder manchmal, und 10% häufig Kopfschmerzen haben. Die Folgen sind oft Chronifizierung des Leidens und dadurch bedingt Beeinträchtigungen des normalen Tagesablaufes, schulischer Leistungen sowie zwischenmenschlicher Beziehungen.

Nachdem Kopfschmerzen bei Kindern lange Zeit nicht ernst genommen und als Befindlichkeitsstörung abgetan wurden, hat sich dies erfreulicherweise in den letzten Jahren geändert. „Da man heute mehr über die Entstehung von Kopfschmerzen weiß, kann man die einzelnen Formen besser unterscheiden. Dies ist die Voraussetzung für eine effektive Behandlung. In den meisten Fällen kommen bei Kindern und Jugendlichen die Migräne, der Spannungskopfschmerz oder eine Kombination aus beiden Kopfschmerzformen vor“, so fasst Dr. Martin Pritsch, Chefarzt der Abteilung Neuropädiatrie an der Siegener Kinderklinik, die Problematiken anlässlich des Deutschen Tags des Kopfschmerzes am 05. September zusammen.

In der DRK-Kinderklinik können betroffene Kinder in der Kopfschmerzambulanz der neuropädiatrischen Abteilung vorgestellt und betreut werden. Ziel ist es in diesem Rahmen bei jedem Kind seine Kopfschmerzdiagnose zu stellen und im zweiten Schritt in den Gesamtkontext der Lebensbedingungen, des familiären Umfeldes, der schulischen Situation und des Gefühlslebens der Kinder und Jugendlichen zu setzen. Dabei bieten die ausführliche Anamnese und Untersuchung unter Zuhilfenahme von auf Kopfschmerzen abgestimmten Fragebögen sowie das Führen eines Kopfschmerztagebuchs die Voraussetzungen für eine effektive medikamentöse und nicht medikamentöse Behandlung.

Laut Dr. Pritsch ist es zunächst wichtig, mit den betroffenen Kinder, Jugendlichen und ihren Eltern mögliche Kopfschmerzauslöser aufzuspüren um zu versuchen diese zu meiden, bevor es überhaupt zu einer Kopfschmerzattacke kommt. Parallel erfolgt eine auf die jeweilige Kopfschmerzform und das Alter abgestimmte medikamentöse und/oder nichtmedikamentöse Akuttherapie, sowie die Beratung und Unterstützung der Eltern im Umgang mit den Kopfschmerzen ihrer Kinder. In selten Fällen, insbesondere wenn die Kopfschmerzen sehr häufig und heftig auftreten, zu starken Beeinträchtigungen des Alltags führen, oder die Akutmedikamente versagen, kann eine zeitlich begrenzte, vorbeugende Dauertherapie notwendig werden. Bevor Medikamente eingesetzt werden versucht man mit pflanzlichen Präparaten oder Nahrungsmittelergänzungstoffen zum Erfolg zu kommen. Hierzu gehört

auch die Möglichkeit der Teilnahme an einem altersbezogenen Kurs für Kinder von 7-11 Jahren und von 11-14 Jahren, in dem verschiedene Verfahren zur Vermeidung und Bewältigung der Kopfschmerzen erlernt werden. Auch die Anwendung der transcutan-elektrischen Nervenstimulation (TENS) zur Aktivierung unseres körpereigenen Schmerzhemmsystems wird eingesetzt.

Im Rahmen der Anamnese oder im Verlauf der Betreuung können sich Hinweise auf mögliche schulische und/oder seelische Probleme als Ursache der Kopfschmerzen ergeben. Hier müssen andere Wege der Behandlung besprochen werden, unter Einbeziehung von Psychologen oder auch der Schule. In diesem Zusammenhang kann der Einsatz psychodiagnostischer Testuntersuchungen hilfreich sein.

Wenn ambulante Maßnahmen zu keiner befriedigenden Besserung der Beschwerden geführt haben, besteht die Möglichkeit der stationären Aufnahme zur weiteren diagnostischen Abklärung und Einleitung einer Therapie.

Betroffene Patienten können sich zunächst auf der Homepage <http://www.drk-kinderklinik.de/kinderklinik/fachabteilungen/neuropaediatric/> informieren oder in der Abteilung Neuropädiatrie unter 0271/2345-329 nach Überweisung durch den niedergelassenen Kinder- und Jugendmediziner direkt einen Termin in der Kopfschmerz-Ambulanz ausmachen.

**Bild 1:** Chefarzt Neuropädiatrie Dr. Martin Pritsch

**Bild 2:** Junger Patient beim „EEG“, der Gehirnstrommessung als Diagnostik

#### **Informationen zur DRK-Kinderklinik Siegen gGmbH:**

- Die DRK-Kinderklinik Siegen gGmbH ist eine Einrichtung des Deutschen Roten Kreuzes.
- „Wir wollen die Lebensqualität für Kinder und Jugendliche verbessern und sie mit ihren Familien in medizinischer, sozialer und persönlicher Hinsicht optimal versorgen.“
- Wir sind eine hoch spezialisierte Fachklinik für Kinder- und Jugendmedizin, die **jährlich über 6.800 Patienten stationär und etwa 51.000 Patienten ambulant** versorgt.
- 138 Betten im stationären Bereich sowie 10 Plätze in der Tagesklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie.
- Etwa **700 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter** - Ärzte, Pflegekräfte, Psychologen und Therapeuten sorgen für ihre bestmögliche medizinische, pflegerische und therapeutische Versorgung.
- **Interdisziplinarität** ist eine unserer Stärken. Denn unsere Kinderklinik ist mit ihrem umfangreichen Leistungsspektrum so breit aufgestellt, dass wir für nahezu jedes Krankheitsbild einen eigenen Spezialisten im Haus haben. Bei komplexen Erkrankungen können wir so jederzeit auch fachbereichsübergreifende Teams bilden, die unsere Patienten mit dem nötigen Know-how ganzheitlich betreuen. Für die optimale Versor-