

Presseinformation zum Kopfschmerztag 2021

Kopfschmerzen bei Kindern und Jugendlichen: was Eltern beachten sollten

2. September 2021 – Leistungsdruck in der Schule, emotionaler Stress, zu viel Zeit am Bildschirm und zu wenig Bewegung: Fachleute machen den veränderten Lebensstil dafür verantwortlich, dass immer mehr Kinder und Jugendliche im Schulalter über Kopfschmerzen klagen. Eine ärztliche Diagnose und Behandlung erhalten nur wenige. „Eltern sollten das Problem nicht unterschätzen. Kopfschmerzen können den Alltag und die Zukunft Heranwachsender stark beeinträchtigen und in einem Teufelskreis aus Leistungsabfall, Schulangst und sozialer Isolation enden“, sagte Dr. Gudrun Goßrau, Expertin der Deutschen Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft (DMKG) anlässlich des Kopfschmerztages 2021. Man müsse daher die gesellschaftlich verbreitete Bagatellisierung von Kopfschmerzen überwinden und gezielte Präventionsstrategien aber auch mehr spezifische Therapieangebote für Kinder und Jugendliche schaffen, so Dr. Goßrau.

Die wichtigste Botschaft der Leiterin der Kopfschmerzambulanz am Universitätsklinikum Dresden: Wenn Kopfschmerzen bei Kindern regelmäßig oder häufig auftreten, sollten sie nicht selbst behandelt, sondern unbedingt vom Arzt diagnostiziert werden. „Kopfschmerzen sind nicht gleich Kopfschmerzen. Migräne kann genetische Ursachen haben und muss anders behandelt werden als Kopfschmerzen vom Spannungstyp“, betont Dr. Goßrau. Nur die Ärztin oder der Arzt kann gemeinsam mit der Familie herausfinden, woher die Kopfschmerzen kommen und eine Therapie entwickeln.

Individuelle Therapie durch Kombination verschiedener Maßnahmen

Migräne und Kopfschmerzen vom Spannungstyp sind die häufigsten Kopfschmerzdiagnosen bei Kindern und Jugendlichen. Oft sind Stressfaktoren in Familie, Schule oder Freundeskreis der Auslöser. Die Therapie besteht in einer Kombination aus verschiedenen Maßnahmen: von Verhaltensregeln, wie ausreichendem Trinken oder regelmäßigem Schlafen, bis hin zu regelmäßigem Sport, weniger Termindruck und mehr Entspannungszeiten. Auch mit einem gezielt eingesetzten Medikament kann die Alltagsbelastung durch akute Kopfschmerzen reduziert werden. „Schmerzmedikamente sollten Kinder aber nur einnehmen, wenn sie vom Arzt oder der Ärztin in geeigneter Dosierung verordnet wurden. Sie können bei häufiger Einnahme Kopfschmerzen auch auslösen oder verstärken. Manche sind nicht für Kinder zugelassen“, erklärt Dr. Goßrau.

Kinder leiden häufig unter Kopfschmerzen, erhalten aber nur selten eine Diagnose

Wie häufig Heranwachsende unter Kopfschmerzen leiden, zeigte eine Studie der TU Dresden, an der mehr als 2.700 Schülerinnen und Schüler teilnahmen: Mehr als zwei Drittel der Befragten gaben an, regelmäßig Kopfschmerzen zu haben. Mehr als ein Fünftel aller Kinder und Jugendlichen mit mindestens zwei Kopfschmerztagen im Monat fehlten dadurch häufiger in der Schule. Eine ärztliche

Diagnose und Therapie der Kopfschmerzen erhielten aber nur die wenigsten. „Dabei ist gerade das entscheidend für die Zukunft und Lebensqualität der betroffenen Kinder“, betont Dr. Goßrau.

Weitere Hintergrundinformationen zu den Themen und Referent:innen der DMKG-Online-Pressekonferenz anlässlich des Deutschen und Europäischen Kopfschmerztages 2021 finden Sie unter [hier](#).

Die Aufzeichnung der Pressekonferenz finden Sie hier: [Online-Pressekonferenz](#)

Fachlicher Kontakt für die Medien

PD Dr. Gudrun Goßrau
Fachärztin für Neurologie - Spezielle Schmerztherapie, Leiterin der Kopfschmerzambulanz,
Universitätsklinikum Dresden
gudrun.gossrau2@uniklinikum-dresden.de

Pressekontakt

Pressestelle der Deutschen Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft e.V.
Initiativenbüro »Attacke! Gemeinsam gegen Kopfschmerzen«
c/o albertZWEI media GmbH, Oettingenstr. 25, 80538 München, Tel.: 089 4614 86-29
E-Mail: presse@attacke-kopfschmerzen.de
www.attacke-kopfschmerzen.de
Pressesprecher der DMKG: PD Dr. med. Charly Gaul

Gerne unterstützen wir Sie bei der Berichterstattung, vermitteln individuelle Interviews und Bildmaterial. Wir freuen uns über Hinweise auf Veröffentlichungen oder die Zusendung eines Belegs.

Die Deutsche Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft e.V. (DMKG)

ist seit 1979 die interdisziplinäre wissenschaftliche Fachgesellschaft für Kopf- und Gesichtsschmerzen, in der Ärzt:innen, Psycholog:innen, Physiotherapeut:innen, Pharmakolog:innen und Apotheker:innen organisiert sind. Der unabhängige und gemeinnützige Verein setzt sich für die Verbesserung der Therapie der vielen Millionen Patient:innen in Deutschland mit akuten und chronischen Kopfschmerzen ein. Die Fachgesellschaft fördert die Forschung und organisiert Fortbildungen für medizinische Fachberufe sowie einmal jährlich den Deutschen Schmerzkongress gemeinsam mit der Deutschen Schmerzgesellschaft. Die DMKG ist Mitglied in der Deutschen Gesellschaft für Neurologie (DGN) und in der Weltkopfschmerzgesellschaft (International Headache Society). www.dmkg.de

Mit der Initiative »Attacke! Gemeinsam gegen Kopfschmerzen« will die DMKG die Kopfschmerzversorgung verbessern. Im Fokus stehen Migräne, Medikamenteninduzierter Kopfschmerz, Spannungskopfschmerz und Clusterkopfschmerz. Wer in der Versorgung von Kopfschmerzpatienten tätig ist, kann das Informationsangebot nutzen: www.attacke-kopfschmerzen.de