

PatientInneninformation

MIGRÄNE

www.migräne-service.at



migräne
patient
partner



 **NOVARTIS**

Ein Service von
Novartis Pharma GmbH
Stella-Klein-Loew-Weg 17
A-1020 Wien

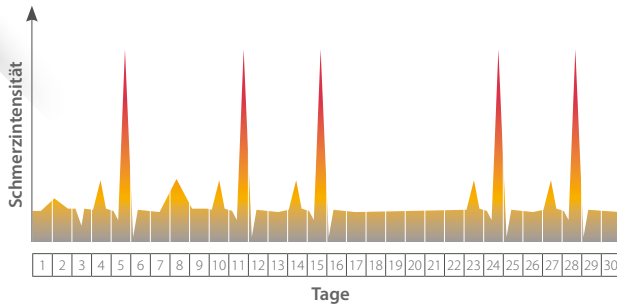
www.novartis.at

MIGRÄNE

- Wiederkehrende Kopfschmerzen



- Mittel bis starke Intensität



- Meist einseitig



- Pulsierend



- Geräuschempfindlich



- Bewegung wird vermieden,
Lichtscheu



- Übelkeit oder/und Erbrechen



- 1/4 der PatientInnen haben
eine Aura/Sehstörung



- Migräne ist meist gut
behandelbar



PATIENT/IN



WAS KANN ICH SELBER TUN?

- Regelmäßig schlafen



- Ausdauersport
2-3x pro Woche



- Ausreichend trinken



- Regelmäßig essen



- No Stress !
Yoga



WAS IST WICHTIG FÜR DEN ARZT/ÄRZTINNEN-BESUCH?

- Kopfschmerzkalender



- Brauche ich einen
Übersetzer?



- Welche Medikamente
nehme ich regelmäßig?



- Welche Medikamente
nehme ich bei
Kopfschmerzen?



- Was führt bei mir zu
Kopfschmerzen?



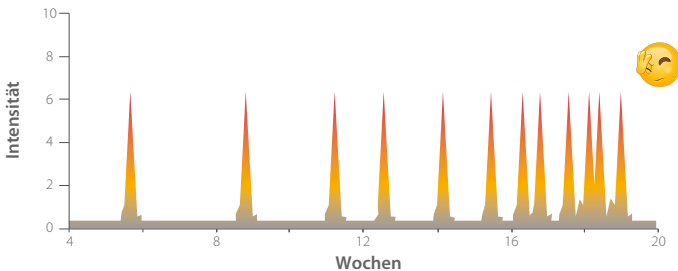
THERAPIE



BEHANDLUNG DES MIGRÄNEANFALLS (AKUTE THERAPIE):

- mit einem Medikament
- an höchstens 7-10 Tagen pro Monat
- Wenn der/die PatientIn spürt, dass ein richtiger Migräneanfall kommt, soll das Schmerzmittel so früh wie möglich genommen werden.

MEDIKATION ZUR BEHANDLUNG DER EINZELNEN ANGRIFFE AN < 10 TAGEN PRO MONAT, SONST KANN DER KOPFSCHMERZ HÄUFIGER WERDEN.



VORBEUGENDE BEHANDLUNG (PROPHYLAXE):



Medikamentös

- empfohlen bei ≥ 3 schweren Attacken pro Monat
- Regelmäßige Einnahme der Medikamente für mindestens 3 Monate
- Regelmäßige Applikation eines Fertiglins oder einer Spritze z.B. 1 x pro Monat
- Medikamente sollen jeden Tag geschluckt werden



Nicht-Medikamentös

- Entspannungsübungen
- progressive Muskelrelaxation
- Biofeedback
- Akupunktur
- regelmäßige Bewegung
- regelmäßiger Schlaf

KOPFSCHMERZKALENDER

Jänner

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Februar

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29						

März

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

April

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

Mai

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Juni

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

PatientIn kann nicht arbeiten, liegt im Bett  

PatientIn arbeitet, ist nicht leistungsfähig  

PatientIn geht ihrem/seinem gewohnten Leben nach 

Juli

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

August

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

September

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

Oktober

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

November

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

Dezember

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Priv.-Doz. Dr. Franz Riederer



Neurologische Abteilung
Krankenhaus Hietzing mit
Neurologischem Zentrum
Rosenhügel, Lehrbeauftragter
der Universität Zürich,
E-Mail: franz.riederer@uzh.ch

INFOLINE

Kostenfreie sozialrechtliche und
psychologische Informationen:

0800/203909

Mo-Do: 9-16 Uhr & Fr: 9-13 Uhr

www.migräne-service.at