



DEUTSCHES
KINDERSCHMERZZENTRUM

„Kombinationskopfschmerz“ Kombination von Migräne und Spannungskopfschmerz

Referentinnen: Sandra Schroeder und Dr. Dunja Genent
Diplom-Psychologin - Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin

11. DKST - Education Day
Ruhrfestspielhaus Recklinghausen, 14.03.2024



Milena, 10 Jahre

- Überweisungsgrund: Migräne
- Mehrere Familienmitglieder: Migräne
- Erklärungsmodell: „von Mama geerbt“

1. Schritt:

Typische Kopfschmerzepisode schildern lassen.



Diagnostik

- Anamnese (Deutscher Schmerzfragebogen für Kinder und Jugendliche und Gespräch):
 - Zeitliche Charakteristik
 - Begleitsymptome
 - Auslöser
 - Schmerzqualität
 - Schmerzlokalisation
 - Medikation
 - Sozial- und Familienanamnese
 - Psychosoziale Belastungen, psychische Komorbiditäten
- Schmerzbeobachtung mittels Kopfschmerztagebuch

Klassifikation



Klassifikation der IHS (International Headache Society)

- Aktuelle Version: ICHD III- beta (vorgezogene Arbeitsversion zur besseren Synchronisierung mit ICD-11)
- Teil 1: primäre Kopfschmerzerkrankungen



Migräne ohne Aura (IHS 1.1)

- A. Mindestens 5 Attacken erfüllen die Kriterien B-D
- B. Die Dauer der Kopfschmerzattacken beträgt **2-72 Stunden** (Kinder) (unbehandelt oder insuffizient behandelt)
- C. Die Kopfschmerzen erfüllen mindestens 2 der folgenden 4 Kriterien:
 1. **Unilateral lokalisiert**
 2. **Pulsierend**
 3. Intensität moderat oder stark
 4. Verstärkung durch, oder Vermeidung von normalen körperlichen Aktivitäten (gehen oder Treppen steigen)
- D. Während der Kopfschmerzen wenigstens eines der folgenden Begleitsymptome:
 1. Übelkeit und /oder Erbrechen
 2. Photophobie und Phonophobie
- E. Keine andere besser passende ICHD-III Diagnose





Migräne mit Aura (IHS 1.2)

- A. Mindestens 2 Attacken erfüllen die Kriterien B-D
- B. Eines oder mehrere der folgenden vollständig reversiblen Aurasymptome:
 - 1. Visuell
 - 2. Sensorisch
 - 3. Sprache
 - 4. Motorisch
 - 5. Hirnstamm
 - 6. Retinal
- C. Mindestens 2 der folgenden 4 Kriterien:
 - 1. mindestens ein Aurasymptom entwickelt sich über mehr als 5 Minuten und/oder 2 oder mehrere Symptome treten in der Folge auf
 - 2. jedes einzelne Aurasymptom dauert 5-60 Minuten
 - 3. Mindestens ein Aurasymptom ist einseitig
 - 4. Die Aura wird begleitet von oder innerhalb 60 Minuten gefolgt von Kopfschmerzen
- D. Keine andere besser passende ICHD-III Diagnose



Erweiterte diagnostische Kriterien für Migräne



- Kinder unterbrechen angenehme Tätigkeiten wie Spielen, Toben, Fernsehen etc., ziehen sich zurück, legen sich freiwillig ins Bett
- Häufige Begleitsymptome sind Blässe, Schwindel, Schlafbedürfnis oder Bauchschmerzen
- Prodromi wie Stimmungsänderung, Heißhunger, Gähnen, Hyper- oder Hypoaktivität lassen sich teils Stunden bis Tage vorher beobachten

Schmerzerfassung



Schmerzerfassung





Milena, 10 Jahre

- Milenas typische Migräneattacke
 - Starke Kopfschmerzen
 - **beidseitig, drückende Qualität!**
 - Rückzug ins Bett (→ Verschlechterung bei Bewegung)
 - Übelkeit
 - Erbrechen
 - Lichtempfindlichkeit
 - Geräuschempfindlichkeit
 - Etwa 1x im Monat

Milena, 10 Jahre

Diagnosen:

- Migräne ohne Aura

BINGO!



Merke!



Migräne – Attackentherapie

Frühzeitig

Ausreichend dosiert

Richtige Substanz

Richtiger Kopfschmerz



Therapie – medikamentös (Anwendung frühzeitig)



- Ibuprofen < 50 kg: 10-15 mg/kg KG; > 50 kg 600 –(800) mg p.o., buccal
 - Rektal - selten sinnvoll (supp=125 mg)
 - Ibuprofen ist Paracetamol sig. überlegen
- Sumatriptan (Imigran®) 10/20 mg nasal (max. 20/40 mg/24 h) (Z: 10 mg, ab 12 Jahre) (schwere Attacken, nächtl. oder frühmorgendl. Attacken, Ibuprofen nicht wirksam)
- Zolmitriptan nasal 5 mg (Z: ab 12 Jahre), p.o. 2,5/5 mg (off label), Rizatriptan p.o. 5/10 mg (off label)
- Ausreichende Daten rechtfertigen bei entsprechender Aufklärung Einsatz von Sumatriptan 10/20 mg nasal, Zolmitriptan 2,5/5 mg p.o., Rizatriptan 5/10 mg p.o.,
- **Selten** weitere Triptanrotation (Naratriptan, Eletriptan)
- Metamizol 10-15 mg/kg KG
- Bei schweren, oral nicht beherrschbaren Attacken: Metamizol, Solu-Decortin H®, ASS i.v.





Therapieversagen

- Zu spät (Problemfall nächtliche bzw. frühmorgendliche Migräneattacken, aus dem Schlaf heraus)
- Zu niedrig dosiert (im Verlauf an Gewichtszunahme denken)
- Spannungskopfschmerz, chronifizierter Schmerz
- Substanz wirkt nicht



Therapie - Prophylaxe

- Nicht medikamentös:
 - Tages- und Schlafrhythmus
 - Regelmäßige sportliche Aktivitäten
 - Entspannungsverfahren
 - Bei häufigen Attacken und deutlicher Alltagsbeeinträchtigung: stationäre multimodale Schmerztherapie



Therapie – medikamentöse Prophylaxe

- Indikation selten gegeben
- Nach unserer Erfahrung profitieren Kinder und Jugendliche in der Regel nicht von einer medikamentösen Prophylaxe, berichten jedoch relativ häufig über belastende Nebenwirkungen
- Randomisierte Doppelblindstudie 2016 (USA): Placebo besser als Amitriptylin oder Topiramamat



Milena, 10 Jahre

- Überweisungsgrund: Migräne
- Mehrere Familienmitglieder: Migräne
- Erklärungsmodell: „von Mama geerbt“

2. Schritt:

Immer auch gezielt nach Spannungskopfschmerzen fragen



Epidemiologie

- Prävalenz Migräne:
 - vor der Pubertät bei Jungen und Mädchen etwa gleichhäufig
 - im Alter von 11-12 Jahren: Mädchen 7-8%, Jungen 5%
 - signifikanter Anstieg bei 7-jährigen von 1974 bis 2002: mit Aura um das 8-fache, ohne Aura um das 6-fache
- Prävalenz Spannungskopfschmerzen:
 - Sporadische Form: alle Altersgruppen 30-70%
 - Chronische Form: Zunahme mit dem Alter
- Auftreten **beider Kopfschmerzformen** bei einem Patienten:
 - 60%, der Kopfschmerzpatienten (Ambulanzstudie 2002-2010, N= 1676)
- Chronische tägliche Kopfschmerzen:
 - 1-2,5% aller Kinder und Jugendlichen





Epidemiologie

- Prävalenz Migräne:
 - vor der Pubertät: bei Jungen höher – etwa 2%
 - im Alter von 11-12 Jahren: Mädchen 7-8%, Jungen 5%
 - signifikanter Anstieg bei 7-jährigen von 1974 bis 2002: mit Aura um das 8-fache, ohne Aura um das 6-fache
- Prävalenz Spannungskopfschmerzen:
 - Sporadische Form: alle Altersgruppen 30-70%
 - Chronische Form: Zunahme mit dem Alter
- Auftreten beider Kopfschmerzformen bei einem Patienten:
 - > 60% der Kopfschmerzpatienten (Ambulanzstudie 2002-2010, N= 1676)
- Chronische tägliche Kopfschmerzen:
 - 1-2,5% aller Kinder und Jugendlichen





Spannungskopfschmerzen (IHS 2.)

- A. Mindestens 10 Kopfschmerzepisoden, die Kriterien B-D erfüllen
- B. Dauer zwischen **30 Minuten** und 7 Tagen
- C. Mindestens 2 der folgenden Charakteristika
 1. **Bilateral lokalisiert**
 2. **Drückende (nicht pulsierende) Qualität**
 3. **Leichte oder moderate Schmerzstärke**
 4. Nicht verstärkt durch normale körperliche Aktivität, wie gehen oder Treppen steigen
- D. Beide der folgenden
 1. Keine Übelkeit, kein Erbrechen
 2. Entweder Photo- oder Phonophobie
- E. Keine andere ICHD-III Diagnose





Migräne? Spannungskopfschmerz?



Wenn die Schmerzen nicht so doll sind, ist es eigentlich so, als wenn man einen viel zu engen Fahrradhelm aufhat.
Wenn die Schmerzen doll sind, hämmert und dröhnt es in meinem Kopf.



Milena, 10 Jahre



- Überweisungsgrund: Migräne
- Mehrere Familienmitglieder: Migräne
- Erklärungsmodell: „von Mama geerbt“

„Mal ist mir dabei schlecht, mal nicht.“

„Manche Kopfschmerzen sind viel doller als die anderen.“

„Früher hatte ich nur ab und zu leichte Kopfschmerzen ohne was dabei.“

2. Schritt:

Immer auch gezielt nach Spannungskopfschmerzen fragen



Milena, 10 Jahre

Diagnosen:

- Migräne ohne Aura
- V.a. Spannungskopfschmerzen



≠ Kopfschmerz vom „Mischtyp“

≠ „Migränöser Spannungskopfschmerz“



Milena, 10 Jahre

- Überweisungsgrund: Migräne
- Mehrere Familienmitglieder: Migräne
- Erklärungsmodell: „von Mama geerbt“

2. Schritt:

- Immer auch gezielt nach Spannungskopfschmerzen fragen

„Mal ist mir dabei schlecht, mal nicht.“

„Manche Kopfschmerzen sind viel doller als die anderen.“

- **Therapeutische Option:**
 - Ausführliche **Edukation** zur Differenzierung beider Kopfschmerzformen, z.B. Hüpftest, Begleitsymptome
 - Bei Spannungskopfschmerzen:
 - Keine Medikamente
 - Aktive Schmerzbewältigung (Schule, Freizeit)
 - Ablenkungsstrategien
 - Sport
 - Stressbewältigungsstrategien

„Früher hatte ich nur ab und zu leichte Kopfschmerzen ohne was dabei.“





Pathophysiologie

- Migräne:
 - Primäre Erkrankung des Gehirns
 - Erbliche Disposition: 40-50%
 - Dysfunktion von Hirnstammstrukturen
 - **Schmerz:** neurogene Entzündung führt vermittelt durch Neuropeptide (freigesetzt v.a. über Aktivierung der efferenten trigeminalen Innervation duraler Gefäße) zu einer neurogenen Entzündung im trigemino-vaskulären System
 - **Vegetative Symptome:** Folge der Herabsetzung endogener hemmender Hirnstammfunktionen
 - Keine relevante Erweiterung der Gefäße, Gefäßweite auch nach erfolgreicher Triptangabe unverändert
 - **Aura:** Welle neuronaler Entladung, die sich über den Kortex bewegt (positive Symptome), gefolgt von einer Hemmung der neuronalen Aktivität (negative Symptome)



Pathophysiologie



- Spannungskopfschmerz:
 - Prädisponierende Faktoren: Depressionen, Angststörungen, emotionale Anspannung, psychosozialer Stress, muskuläre Überlastung, Schlafdefizit
 - **Hypothese:** Hemmung inhibitorischer Kerngebiete im supraspinalen schmerzmodulierenden System infolge äußerer (körperliche Belastung) oder innerer (**psychischer Stress**) Faktoren



Therapie - Edukation

- Ursache und Auslöser (unterschiedliche Pathophysiologie, prädisponierende Faktoren)
- Unterscheidungsmerkmale (erhöhte Bewegungssensibilität bei Migräne -> Hüpfetest)
- Welche Therapie, wann, bei welcher Kopfschmerzform
- Edukationsmaterial: www.meine-kopfsache.com mit Filmen zu Migräne/Spannungskopfschmerz

Kopfschmerztagebuch 1/2



Woche vom _____ bis _____	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag																																																																																																
Hast Du heute etwas Besonderes erlebt? Wenn ja, war es etwas Schönes 😊 oder Unangenehmes? ☹ Was war es denn?	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/> 😊 <input type="checkbox"/> ☹	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/> 😊 <input type="checkbox"/> ☹	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/> 😊 <input type="checkbox"/> ☹	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/> 😊 <input type="checkbox"/> ☹																																																																																																
Hattest Du heute Kopfschmerzen? Bei „Ja“ weiter ausfüllen, bei „Nein“ aufhören.	<input type="checkbox"/> Ja, weiter <input type="checkbox"/> Nein, aufhören	<input type="checkbox"/> Ja, weiter <input type="checkbox"/> Nein, aufhören	<input type="checkbox"/> Ja, weiter <input type="checkbox"/> Nein, aufhören	<input type="checkbox"/> Ja, weiter <input type="checkbox"/> Nein, aufhören																																																																																																
Wie stark waren Deine Kopfschmerzen?	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6 <input type="checkbox"/> 7 <input type="checkbox"/> 8 <input type="checkbox"/> 9 <input type="checkbox"/> 10	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6 <input type="checkbox"/> 7 <input type="checkbox"/> 8 <input type="checkbox"/> 9 <input type="checkbox"/> 10	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6 <input type="checkbox"/> 7 <input type="checkbox"/> 8 <input type="checkbox"/> 9 <input type="checkbox"/> 10	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6 <input type="checkbox"/> 7 <input type="checkbox"/> 8 <input type="checkbox"/> 9 <input type="checkbox"/> 10																																																																																																
Wann hattest Du Kopfschmerzen? Kreuze alle Stundenkästchen an, in denen Du Kopfschmerzen hattest! Wenn du ein Medikament genommen hast, mache um dieses Stundenkästchen einen Kreis.	<table border="1"> <tr><td>0</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td></tr> <tr><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td></tr> <tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td></tr> </table>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	<table border="1"> <tr><td>0</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td></tr> <tr><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td></tr> <tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td></tr> </table>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	<table border="1"> <tr><td>0</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td></tr> <tr><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td></tr> <tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td></tr> </table>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	<table border="1"> <tr><td>0</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td></tr> <tr><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td></tr> <tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td></tr> </table>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
0	1	2	3	4	5	6	7																																																																																													
8	9	10	11	12	13	14	15																																																																																													
16	17	18	19	20	21	22	23																																																																																													
0	1	2	3	4	5	6	7																																																																																													
8	9	10	11	12	13	14	15																																																																																													
16	17	18	19	20	21	22	23																																																																																													
0	1	2	3	4	5	6	7																																																																																													
8	9	10	11	12	13	14	15																																																																																													
16	17	18	19	20	21	22	23																																																																																													
0	1	2	3	4	5	6	7																																																																																													
8	9	10	11	12	13	14	15																																																																																													
16	17	18	19	20	21	22	23																																																																																													
Wurde Dein Kopfschmerz schlimmer, wenn Du Dich bewegt hast? (z. B. beim Treppen steigen, Hüpfen, Laufen)	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein																																																																																																
Was war sonst noch?																																																																																																				
War Dir übel oder schlecht?	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein																																																																																																
Musstest Du erbrechen?	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein																																																																																																
Warst Du lichtempfindlich?	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein																																																																																																
Warst Du geräuschempfindlich?	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein																																																																																																
War Dir schwindelig?	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein																																																																																																
Hattest Du Probleme beim Sehen?	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein																																																																																																
War sonst noch etwas?	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein																																																																																																
Wenn ja, was?																																																																																																				

Kopfschmerztagebuch 2/2



Woche vom _____ bis _____	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Hast du wegen der Kopfschmerzen ein Medikament genommen? Wenn ja, welches? Wie gut hat es geholfen? Vergib eine Schulnote!	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein _____ Note (1-6): _____ _____	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein _____ Note (1-6): _____ _____	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein _____ Note (1-6): _____ _____	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein _____ Note (1-6): _____ _____
Was hast du außerdem gemacht, als du die Kopfschmerzen hattest? (z. B. Ablenkung, Spielen, Ausruhen) Wenn ja, wie gut hat das geholfen?	_____ Note (1-6): _____	_____ Note (1-6): _____	_____ Note (1-6): _____	_____ Note (1-6): _____
Haben Dich die Kopfschmerzen vom Schulbesuch abgehalten? Oder haben Dich die Kopfschmerzen von irgendetwas anderem abgehalten? (z. B. Hausaufgaben, Sport, Verabredung) Wenn ja, von was?	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
Gab es heute noch etwas Besonderes bezüglich der Schmerzen? Wenn nein, dann: Toll, dass Du heute Dein Kopfschmerztagebuch ausgefüllt hast. Zur Belohnung darfst Du in dieses Feld malen, schreiben, stempeln oder kleben – ganz wie Du magst!				

Schrittweise psychologische Therapie Empfehlungen

- Schmerztagebücher
- Edukation
 - Migräne-Generator
 - Biopsychosoziales Modell
 - Teufelskreis der Schmerzen
- Ablenkungsstrategien
- Entspannungsverfahren (PMR, Biofeedback, AT)
- Problemlöse- und Stressbewältigungsstrategien
- Elternberatung bezüglich günstiger Verhaltensweisen
 - Elterntipps
- Verstärkerpläne für
 - Schmerzfreie Zeiten
 - Aktive Schmerzbewältigung
 - Schulbesuch

Ambulant



Milena, 10 Jahre



3. Schritt:

Immer auch gezielt nach Häufigkeit der Analgetikaeinnahme fragen!



Kopfschmerz, zurückzuführen auf eine Substanz oder deren Entzug – 8.

Kopfschmerzen durch Medikamentenübergebrauch– 8.2

- A. Kopfschmerzen an > 15 Tagen im Monat bei einem Patienten mit bestehender primärer Kopfschmerzdiagnose
- B. Regelmäßiger Übergebrauch über > 3 Monate eines oder mehrerer Medikamente geeignet zur Therapie akuter und/oder symptomatischer Kopfschmerzen
- C. Keine andere ICHD-III Diagnose

Definition Übergebrauch unterschiedlich für verschiedene Analgetika:

- Triptane: > 10 Mal pro Monat
- NSAIDs: > 15 Mal pro Monat

Milena, 10 Jahre



3. Schritt:

„Eigentlich nimmt sie **seit einem Jahr fast jeden Tag dieses Schmerzmittel**, vielleicht mal einen Tag oder zwei auch nicht. Wie schon gesagt, sie hat die vererbte Migräne von meiner Frau“

Immer auch gezielt nach Häufigkeit der Analgetikaeinnahme fragen!

„Das ist ganz sicher: meine Tochter hat eine vererbte Migräne!“

365 x 400 mg Ibuprofen = 146 g pro Jahr!

„Der Doktor hat gesagt, bei Migräne muss man immer so schnell wie möglich die Tablette nehmen und die hohe Dosis!“

Milena, 10 Jahre



Diagnosen:

- Migräne ohne Aura
- V.a. Spannungskopfschmerzen
- V.a. Kopfschmerz durch Medikamentenübergebrauch

BINGO!



Milena, 10 Jahre

3. Schritt:

„Eigentlich nimmt sie **seit einem Jahr fast jeden Tag dieses Schmerzmittel**, vielleicht mal einen Tag oder zwei auch nicht. Wie schon gesagt, sie hat die vererbte Migräne von meiner Frau“

- Immer auch gezielt nach Häufigkeit der Analgetikaeinnahme fragen!

- Cave: medikamenten-induzierter Kopfschmerz!
365 x 400 mg Ibuprofen = 146 g pro Jahr!

„Das ist ganz sicher: meine Tochter hat eine vererbte Migräne!“

- Therapeutische Option:
 - Medikamentenpause
 - Edukation Migräne und SPK daher immer im Vorfeld!
 - Ggfs. stationäre Schmerztherapie zur Medikamentenreduktion und Einüben nicht-medikamentöser Strategien

„Der Doktor hat gesagt, bei Migräne muss man immer so schnell wie möglich die Tablette nehmen und die hohe Dosis!“



Milena, 10 Jahre



4. Schritt:

- An Schmerzchronifizierung denken



Klassifikation chronischer Kopfschmerzen

Die IHS-Klassifikation orientiert sich rein an der klinischen Phänomenologie, psychosoziale Faktoren bei Entstehung und Aufrechterhaltung von chronischen Kopfschmerzen werden hier nicht abgebildet.

D.h. **Vorsicht** bei Diagnosen wie

- chronische Migräne
- neu auftretender täglicher Kopfschmerz
- chronischer posttraumatischer Kopfschmerz bei leichter Kopfverletzung



Klassifikation chronischer Kopfschmerzen

- **Somatoforme Schmerzstörung** mit Kopfschmerzen
 - Keine oder Spannungskopfschmerzen in der Vorgeschichte
- **Chronische Schmerzstörung**
 - Migräne bzw. Migräne und Spannungskopfschmerzen in der Vorgeschichte
- Diagnostische Kriterien:
 - Häufigkeit und Dauer der Schmerzepisoden
 - Schulfehltag
 - Alltagsbeeinträchtigung

Milena, 10 Jahre



4. Schritt:

„Eigentlich habe ich **fast jeden Tag** Kopfschmerzen.“

- An Schmerzchronifizierung denken

„Ich kann oft nicht in die Schule gehen wegen der Kopfschmerzen.“

„Zum Sport gehe ich nicht mehr oft, weil es mir nicht gut geht.“

Milena, 10 Jahre



Diagnosen:

- Migräne ohne Aura
- V.a. Spannungskopfschmerzen
- V.a. Kopfschmerz durch Medikamentenübergebrauch
- V.a. chronische Schmerzstörung mit somatischen und psychischen Faktoren

BINGO!



Vestische Kinder- und
Jugendklinik Datteln
UNIVERSITÄT WITTEN/HERDECKE

universität
Witten/Herdecke

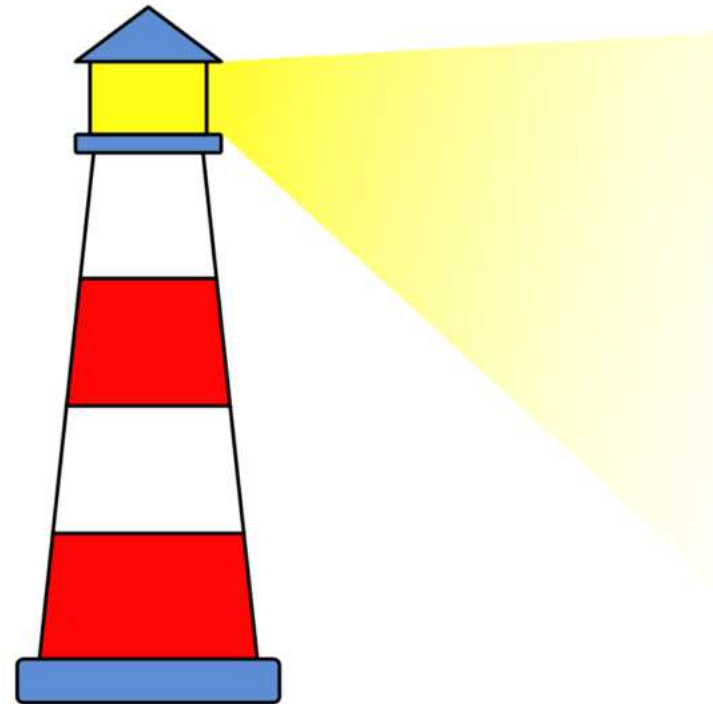
Pathophysiologie



- Chronifizierung:
Daueraktivierung zentraler schmerzverarbeitender Neurone (zentrale Sensitivierung) durch wiederholte Schmerzepisoden und die anhaltende Einwirkung auslösender Faktoren

Therapie

- Stationäre multimodale Schmerztherapie



Milena, 10 Jahre



5. Schritt:

Nach Belastungen und Stressoren fragen



Schrittweise psychologische Diagnostik

EMPFEHLUNGEN

Schweregrad / Hinweise
aus Exploration



- DSF-KJ Deutscher Schmerzfragebogen für Kinder und Jugendliche (inkl. RCADS, SES-J und P-PDI)
- Projektive Verfahren (z.B. Familie in Tieren, Satzergänzungstest)
- Leistungsdiagnostik (Intelligenz, Aufmerksamkeit, LRS, Dyskalkulie)
- Diagnostik dissoziativer & trauma-assoziiertes Symptome (z.B. A-DES)

Ambulant

Stationär



Vestische Kinder- und
Jugendklinik Datteln
UNIVERSITÄT WITTEN/HERDECKE

uni
versität
Witten/Herdecke

Milena, 10 Jahre



„In der Schule mag mich keiner,
auch meine Lehrerin nicht“

5. Schritt:

Nach Belastungen und Stressoren fragen

„Zuhause gibt es ständig Streit und Ärger, vor
allem mit Papa und meinem Bruder, die
kommen immer in mein Zimmer.“

„Mama ist sehr krank,
um die mache ich mir
Sorgen.“

„Manchmal verletze ich mich selbst.
Wenn ich es bluten sehe, geht es mir
besser.“

„**Ich denke oft darüber
nach, mich umzubringen.**
Einmal wollte ich mir auch
schon ein Messer aus der
Küche holen, aber das hat
dann Mama gemerkt.“

„Ich habe nur meine Freunde im
Chat, nur die verstehen mich“





Milena, 10 Jahre

Diagnosen:

- Migräne ohne Aura
- V.a. Spannungskopfschmerzen
- V.a. Medikamenten-induzierter Kopfschmerz
- Chronische Schmerzstörung mit somatischen und psychischen Faktoren
- V.a. depressive Episode



Milena, 10 Jahre



„In der Schule mag mich keiner,
auch meine Lehrerin nicht“

5. Schritt:

Nach Belastungen und Stressoren fragen

„Zuhause gibt es ständig Streit und Ärger, vor
allem mit Papa und meinem Bruder, die
kommen immer in mein Zimmer.“

„Manchmal verletze ich mich selbst.
Wenn ich es bluten sehe, geht es mir
besser.“

- Therapeutische Option:
 - Ambulante Psychotherapie
 - Stationäre Schmerztherapie
 - Kinder- und Jugendpsychiatrie

„Mama ist sehr krank,
um die mache ich mir
Sorgen.“

„Ich denke oft darüber
nach, mich umzubringen.
Einmal wollte ich mir auch
schon ein Messer aus der
Küche holen, aber das hat
dann Mama gemerkt.“

„Ich habe nur meine Freunde im
Chat, nur die verstehen mich“



Milena, 10 Jahre

- Risikofaktoren für chronische Schmerzkrankung
 - Kombination aus Migräne und Spannungskopfschmerz
 - Medikamentenübergebrauch
 - Hohe emotionale und psychosoziale Belastung



Merke!

- Primäre Kopfschmerzen sind häufig – sekundäre Kopfschmerzen sind selten
- Migräne und Spannungskopfschmerzen kommen häufig kombiniert vor
- Migräne ist ein periodisch, in Attacken auftretendes Kopfschmerzproblem
- Schmerzstärke, Dauer, Schmerzlokalisierung und Schmerzqualität eignen sich bei pädiatrischen Patienten (insbesondere bei jungen Kindern) oft nicht zur Unterscheidung Migräne – Spannungskopfschmerz
- Warnsymptome für Chronifizierung sind:
 - Zunehmende Schmerzfrequenz
 - Zunehmende Alltagsbeeinträchtigung
 - Abnehmende Wirksamkeit von Medikamenten





Merke!

- Bei Migräne sollte die Attackentherapie früh, ausreichend dosiert und an individuelle Besonderheiten angepasst erfolgen
- Bei Spannungskopfschmerzen sollten nicht-medikamentöse Strategien eingesetzt werden
- Medikamente sollten **nicht** bei täglichen oder dauernden Kopfschmerzen eingesetzt werden
- Die medikamentöse Prophylaxe ist **letztes**, nicht erstes Mittel in der Migränetherapie!

Empfehlung



Workshop: CGRP-Antikörper in der Migräneprophylaxe: Eine sinnvolle Therapieoption?

Fr 14:30-16:00, Zeppelin

Workshop: Spannungskopfschmerzen und Migräne: Wissen von 0 auf 100 in 90 Minuten

Sa 09:00-10:30, Jupiter

Vortrag: Migräne: Wenn auch das dritte Triptan versagt!

Sa 13:00-14:30, Theater



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

