

## Patienteninformation

### Der durch Schmerzmittel verursachte Kopfschmerz

Die auf dem Markt befindlichen Schmerzmittel sind in aller Regel gut verträglich und gut wirksam. Aber wie so vieles im Leben gibt es auch hier eine Kehrseite: neben den unterschiedlichsten und durchaus lebensbedrohlichen Nebenwirkungen gibt es eine Gruppe von Kopfschmerzpatienten, die nach vermehrten Gebrauch von Schmerzmitteln Kopfschmerzen durch das Schmerzmittel bekommen werden. Diese Art des Kopfschmerzes wird als Kopfschmerz bei Medikamentenübergebrauch genannt. Dies klingt paradox, soll aber im Folgenden erläutert werden:

#### **Welche Patientengruppe ist gefährdet?**

Menschen die an den primären Kopfschmerzerkrankungen, z.B. Migräne und / oder Spannungskopfschmerzen, leiden, gefährden sich bei übermäßigen Schmerzmittelgebrauch an einen Kopfschmerz bei Medikamentenübergebrauch zu erkranken. Eine

weitere Gruppe von Patienten, die an diesem Übergebrauch leiden könnten, ist die Gruppe der Patienten, die im Anschluss an einer Kopfverletzung an Kopfschmerzen, den sogenannten posttraumatischen Kopfschmerzen leiden. Dies ist Gegenstand heutiger Forschung und bedarf weiterer Abklärung. Insgesamt existiert für maximal drei Kopfschmerzformen die Gefahr des Kopfschmerzes bei Medikamentenübergebrauch. Für die ca. 250 anderen Kopfschmerzformen die in der internationalen Kopfschmerzklassifikation aufgeführt sind, besteht keine Gefahr bezüglich einer Kopfschmerzverstärkung durch Medikamentenübergebrauch. Ebenfalls für alle anderen Schmerzerkrankungen, ob es sich um Rückenschmerzen, Tumorschmerzen, Phantomschmerzen, etc. handelt, besteht keine Gefahr von Kopfschmerzen durch vermehrte Einnahme von Schmerzmitteln.

#### **Welche Schmerzmittel sind in der Lage diese Art von Kopfschmerzen auszulösen?**

Prinzipiell ist jede Substanz, die Kopfschmerzen behandeln kann in der Lage bei übermäßiger Einnahme Kopfschmerzen auszulösen. Im „Ranking“ der Schmerzmittel führen Mischpräparate, die zusätzlich Koffein enthalten, dicht gefolgt von den Triptanen. Der Rest liegt abgeschlagen im hinteren Feld. Insbesondere die Monopräparate wie ASS, Ibuprofen oder Paracetamol führen seltenst zu einer Induktion von Kopfschmerzen. Opiode scheinen keine Kopfschmerzen auslösen zu können, zeigen jedoch auch keine Wirksamkeit in der Behandlung von Migräne und Spannungskopfschmerzen.

## Ab wann wird es gefährlich?

Entscheidend für das Auftreten des medikamenteninduzierten Kopfschmerz ist die Anzahl der Tage, an denen ein Kopfschmerzmittel eingenommen wird. Wie häufig am Tag oder in welcher Dosis spielt keine Rolle. Ab einer Anzahl von über 10 Tagen im Monat an denen ein Schmerzmittel eingenommen wurde, ist von einem Kopfschmerz durch Schmerzmittel auszugehen. Des Weiteren geben Symptome wie Wirkverlust des eingenommenen Präparates, Zunahme der Kopfschmerzen, z.B. in der Attackenhäufigkeit der Migräne oder die Entwicklung eines permanenten Kopfschmerzes Hinweise auf die Entwicklung eines Kopfschmerzes bei Medikamentenübergebrauch.

Die weiteren Nebenwirkungen der eingenommenen Präparate sind zu jedem Zeitpunkt auch bei der Ersteinnahme möglich

(z.B. Magenblutung nach ASS).

„Divinum est sedare dolorem“

„Es ist göttlich den Schmerz zu lindern“  
(Galenos von Pergamon \*129 †215)

## Behandlung des Kopfschmerzes bei Medikamentenübergebrauch

Eine erfolgsversprechende Behandlung beruht auf drei Therapiemaßnahmen:

**1.) Aufklärung:** Der Patient muss über die paradoxe Situation überzeugend aufgeklärt werden, damit die Krankheitseinsicht zu einer Motivation der bevorstehenden Therapie und Vermeidung eines erneuten Übergebrauchs von Schmerzmitteln vorzubeugen.

**2.) Schmerzmittelpause:** Für einen Zeitraum von ca. 2-6 Wochen darf kein einziges Schmerzmittel eingenommen werden. Aufgrund der zu erwartenden Entzugssymptomatik mit häufig auftretender Übelkeit empfiehlt sich ein Medikament, das die Übelkeit bekämpft und gleichzeitig sedierend wirkt (z.B. VomexA). Bei Migränepatienten ist eine Minderung der Beschwerden mittels Kortison in absteigendem Schema möglich. Die entzündungshemmende Eigenschaft des Kortisons wirkt der „Entzündungskrankheit“ Migräne vor. Spannungskopfschmerzen sind hiermit jedoch nicht therapierbar.

**3.) Vorbeugung:** Die medikamentöse Prophylaxe zielt primär gegen die ursächlich stehende Erkrankung also der Migräne, des

Spannungskopfschmerzes (oder posttraumatischen Kopfschmerz). Dabei können bei einzelnen zur Prophylaxe einsetzbaren Medikamente, deren Nebenwirkungen ausgenutzt werden: so ist die schlafinduzierende Wirkung von trizyklischen Antidepressiva in Einzelfällen während des Entzuges gewünscht. Neben der medikamentösen Therapie steht die nichtmedikamentöse Therapie. Hier sind u.a. zu nennen Entspannungsübungen, Dauersport, etc..

**4.) Attackentherapie:** Eine effektive Vorbeugung wird in der Regel vom Patienten weiterhin durchgeführt, wenn gleichzeitig eine effektive Attackentherapie angesetzt wird.

In der Regel sind diese 4 Schritte ambulant durchführbar, eine Arbeitsunfähigkeit besteht häufig nicht, sollte jedoch zumindest in der Zeit des Entzuges in Betracht gezogen werden. Stationäre Aufenthalte sind selten insbesondere bei Übergebrauch von koffeinhaltigen Mischpräparaten, Ergotaminen und bei zusätzlicher Einnahme von Beruhigungs- und/oder Schlafmitteln leider häufig nicht vermeidbar.

#### **Rückfallgefahr?**

Lediglich 30% der so behandelten Patienten wird wieder rückfällig, dabei handelt es sich zumeist um Patienten, die unter einem schlecht therapierbaren, chronischen Kopfschmerz vom Spannungstyp leiden. Zur Vermeidung eines Kopfschmerzes durch Medikamentenübergebrauch ist darauf zu achten, dass lediglich an 10 Tagen im Monat Schmerzmittel eingenommen werden.

Mit Hilfe eines Kopfschmerztagebuches in dem u.a. die Häufigkeit der Schmerzmittelaufnahme vermerkt wird, erkennt der Patient an wie viel Tagen er in dem Monat Schmerzmittel eingenommen hat.

Wir hoffen, wir konnten Ihnen hiermit Hilfestellungen geben und stehen für weitere Informationen gerne zur Verfügung.

**Ihr Praxisteam der Hausarztpraxis  
im Hasselkamp 74**

Bei Fragen wenden Sie sich gerne an uns:

Allgemeinärztliche und internistische  
Hausarztpraxis

Hasselkamp 74

24119 Kronshagen

Tel: 0431 589078

Verfasser und Copyright (2016):

**Sven Claßen**

Facharzt für Allgemeinmedizin und

Familienmedizin, Palliativmedizin,

Geriatric, Rettungsdienst, Reisemedizin