



Kopfschmerzen? Wann Sie zum Arzt gehen sollten

Andrée C / Mai 2020

Kopfschmerzen sind weit verbreitet, rund 60 Prozent aller Schweizerinnen und Schweizer sind davon betroffen. In den meisten Fällen sind sie jedoch harmlos, sie verschwinden von selbst und /oder lassen sich mit frei verkäuflichen Schmerzmitteln gut behandeln. Eine Arztkonsultation ist dann in der Regel nicht nötig.

Aber Kopfschmerzen können auch so heftig sein, dass die Befürchtung aufkommt, es könne eine gefährliche Erkrankung dahinterstecken.

Warnsignale....

....bei denen man mit Kopfschmerzen zum Arzt gehen sollte.

Bei etwa fünf Prozent aller Fälle ist der Kopfschmerz ein Symptom einer anderen - mitunter bedrohlichen - Krankheit. Die amerikanische Kopfschmerzgesellschaft hat die fünf Warnzeichen, bei denen Sie einen Arzt aufsuchen sollten unter der dem Akronym SNOOP aufgeführt.

Bei den folgenden Warnsignalen sollte ein Arzt aufgesucht werden.

- **S** für systemische Symptome: Die Kopfschmerzen treten zusammen mit Krankheitszeichen auf, die den ganzen Körper betreffen, zum Beispiel hohes Fieber.
- **N** für neurologische Symptome: Gleichzeitig mit den Schmerzen kommt es zu Störungen wie Schwindel, Verwirrtheit, Bewusstseinsstörungen, Sehstörungen, Schwäche oder Taubheit der Extremitäten oder die Unfähigkeit, zu sprechen. Kein Warnzeichen ist dagegen die Aura, die manchen Migräne-Attacken vorangeht. Auch bei ihr kommen neurologische Phänomene wie Sehstörungen vor. Doch für gewöhnlich dauert die Aura nur kurz und ist schon wieder vorbei, wenn der Kopfschmerz einsetzt.
- **O** für Onset (auf Deutsch: Einsetzen): Der Kopfschmerz setzt explosionsartig ein, als hätte der Betroffene einen Schlag auf den Kopf bekommen. Diese Form wird auch "Donnerschlagkopfschmerz" genannt. Innerhalb von einer Minute erreicht der Schmerz sein Maximum, das so heftig sein kann, dass Ärztinnen und Ärzte von "Vernichtungskopfschmerz" sprechen. Er kann auf eine lebensbedrohliche Gehirnblutung hinweisen; die Betroffenen müssen schnellstmöglich ins Krankenhaus.
- **O** für Older Age of Onset (höheres Alter beim Beginn): Wenn Menschen jenseits der 50 erstmalig sehr starke Kopfschmerzen entwickeln, sollte eine Ärztin oder ein Arzt die Beschwerden abklären. Bei älteren Menschen ist das Risiko für Grunderkrankungen, die sich durch Kopfschmerzen ankündigen, etwa Schlaganfälle, grösser.
- **P** für Pattern Change (Änderung des Kopfschmerz-Musters): Auch Menschen mit Migräne oder häufigem Spannungskopfschmerz können einen sekundären Kopfschmerz erleiden, der auf einer ernsten Krankheit beruht. Deshalb sollten Abweichungen vom typischen Schmerzmuster ernst genommen und abgeklärt werden.



Wann zum Notarzt mit Kopfschmerzen?

Bei extrem starken Kopfschmerzen, die schlagartig innerhalb von Sekunden ansteigen, bei begleitender Nackensteife, hohem Fieber (im Fall von Meningitis), epileptischen Anfällen oder akuten neurologischen Ausfallsymptomen (z. B. Lähmungen) ist Vorsicht angesagt. Es muss nicht unbedingt eine gefährliche Krankheit dahinterstecken aber es kann sein, dass die Ursachen dieser Beschwerden rasch kontrolliert werden müssen, in diesem Fall sollte man möglichst rasch in den Notfall.

Die Furcht vieler Kopfschmerzpatienten, dass ein Hirntumor die Beschwerden auslöst, ist in den allermeisten Fällen unbegründet. Kopfschmerzen aufgrund von Hirntumoren sind bei weniger als 0,1 Prozent aller Kopfschmerzpatienten das einzige oder erste Symptom.

Wann zum Hausarzt?

Sie oder er ist in der Regel der Ansprechpartner Nummer Eins.

Auch wenn die meisten Kopfschmerzen keinen Notfall darstellen, sollte man bei häufig wiederkehrenden und belastenden Kopfschmerzen eine Ärztin oder einen Arzt aufsuchen. Die Medikamente können bei Dauergebrauch ihrerseits Kopfschmerzen hervorrufen. Die medizinische Betreuung bietet jedoch einige Probleme. Es gibt keinen Labortest für die häufigsten Kopfschmerzarten und es steht oft nur ungenügend Zeit zur Verfügung.

Erschwerend kommt dazu, dass die ärztliche Untersuchung des Nervensystems (Neurostatus) nur andere Krankheiten ausschliessen kann.

Allein die Krankengeschichte (Anamnese), die Kenntnis der Erscheinungen und des Verlaufs des Kopfschmerzleidens, erlaubt keine korrekte Klassifikation und richtige Indikation der Behandlung. Die genaue Beschreibung anhand Notizen oder eines detaillierten Kopfschmerzkalenders durch den Patienten bildet die Basis für eine angepasste Therapie.

Wann zum Neurologen?

Nicht immer fühlen sich Patientinnen und Patienten von ihrem Hausarzt gut beraten. Sie können eine Fachärztin oder Facharzt aufsuchen, wenn nach Absprache mit Ihrer Hausärztin oder Hausarzt eine weitere Abklärung Ihrer Symptome stattfinden sollte.

Ausserdem werden bestimmte Medikamente (z.B. zur Prophylaxe) nur nach Rücksprache mit der Neurologin oder dem Neurologen von den Krankenkassen rückerstattet.

Bei Unsicherheiten - an wen man sich wenden sollte - kann das Kopfschmerztelefon der Migraine Action 061 423 10 80 (Di-Do 9-12 Uhr) Unterstützung anbieten.