

## Migräne & Kopfschmerzen: Unser Behandlungskonzept

**S**ehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient!

Wir haben bei Migräne einen hohen Anspruch: kein Patient geht aus der Behandlung ohne deutliche Besserung. Dies Ziel erreichen wir bei 9 von 10 Patienten, aber - um es gleich vorzuschicken - Migräne kann man überhaupt nicht behandeln.

Das klingt schlimmer, als es ist, denn die 'Begaubung' Migräne haben wesentlich mehr Menschen als dann unter manifesten Beschwerden leiden. Man wird in eine Familie, einen Clan geboren, in dem viele unter Migräne und Kopfschmerz leiden - aber beileibe nicht alle. Wenn man Patienten befragt, die mit Migräne in die Praxis kommen, geben fast alle an, dass sie Perioden erlebten, wo sie wenig oder gar keine Beschwerden hatten. Sei es aus hormonellen Gründen (häufig haben Frauen während der Schwangerschaft keine Migräne) oder aufgrund anderer Faktoren wie Stress oder Wetter (Klimawechsel tut vielen Migränikern gut).

Es liegt auf der Hand, dass man diese angenehmen Rahmenbedingungen gerne in Anspruch nähme, aber bis auf die Schwangerschaft kann man solches meist nicht direkt beeinflussen - und auch da bekommt man die Besserung ja nicht ohne 'Nebenwirkungen'. Die Lebensumstände incl. Arbeitsplatz und Mikroklima des Wohnorts sind uns in aller Regel von außen diktiert. Trotzdem soll hier nicht Defaitismus gepredigt werden, denn einen großen Vorteil haben lebensbegleitende Beschwerden wie Migräne: sie sind polyfaktoriell, wie das im Medizinerjargon heißt. Das bedeutet, dass sie nicht nur eine

einzigste Ursache haben, sondern fast immer erst dann entstehen, wenn mehrere Störfaktoren zusammenkommen. Hinzu kommt, dass man gar nicht den wichtigsten Störfaktor beseitigen muss, um zum Ziel zu kommen. Oft genügt es, einen kleinen, aber 'giftigen' Aspekt zu beseitigen, und Häufigkeit und Stärke der Migräneanfälle gehen dramatisch zurück.

Dies ist auch der Grund, warum so viele verschiedene Konzepte greifen. Die Eine hilft ihren Patienten mit Ernährungsumstellung, der Andere mit Akupunktur, ein dritter mit Neuraltherapie. Alle haben Erfolg, und wie der alte Spruch richtig sagt: Wer heilt hat recht.

Nun könnte daraus den Schluss ziehen, es einfach immer wieder mit den verschiedensten Ansätzen zu probieren und dann wohl doch einen zu finden, mit dem es klappt. Das ist ja auch der Leidensweg, den die meisten Patienten gegangen sind, bevor sie zu uns kamen.

Zwei Probleme ergeben sich aus diesem Herangehen:

Man kann nicht beliebig viele Versuche kumulieren; es kommt schließlich bei jeder Behandlung nicht darauf an, wie viel man macht, sondern wie viel der Patient sinnvoll verarbeiten kann. Wenn man dies nicht beachtet, kann es dazu führen, dass eine an sich gute Therapieform nicht greift, weil sie auf einen Organismus trifft, der durch andere Behandlungen schon überfordert oder abgestumpft ist.

Wir hören immer wieder von den verzweifelten Patienten, dass sie parallel mehrere Dinge probieren und können dann nur anmerken, dass nicht alles umsonst ist, was vergeblich war - und dabei ist der finanzielle Aspekt noch untergeordnet. Eine Behand-



lung 'kostet' eben auch Engagement des Betroffenen. Das ist der Grund, warum wir die Patienten bitten, vor dem ersten Termin sich Ruhe zu gönnen und eben nicht direkt vom Masseur, Osteopathen oder aus der Krankengymnastik zu uns zu kommen. Vor und nach unserer Behandlung bitten wir deshalb, eine gewisse Zeit (2-3 Wochen) verstreichen zu lassen, bevor andere Behandlungen erfolgen. „*Viel hilft viel*“ ist eben wirklich kein guter Ratschlag.

Viele Behandlungen beziehen ihre therapeutische Potenz aus einer sinnvollen Abfolge verschiedener kooperierender Teilaspekte. Es hat zum Beispiel wenig Sinn, bestimmte krankengymnastische Behandlungsformen zu verordnen, bevor die grundlegenden Funktionsstörungen beseitigt sind. So effektiv zum Beispiel eine Re-Edukation der Haltung wirkt, wenn vorher die Blockierungen der Wirbelsäule beseitigt wurden, so wenig kommt dabei heraus, wenn man dies angeht bei fixierter Halswirbelsäule. Die Patienten sind dann demotiviert und empfinden eine - an sich für sie gut geeignete - Methode als wirkungslos.

Gerade im Bereich der Physiotherapie wird nicht selten zu häufig behandelt - verständlich, da die KGs nicht nach Erfolg, sondern sozusagen im Stücklohn bezahlt werden. Wenn eine Therapie also besser wirkt, wenn sie seltener angewandt wird, verlangt man von den betreffenden Kollegen, dass sie letztlich gegen ihre ökonomischen Interessen handeln; für wahr ein hoher Anspruch!

Etliche Patienten, die zum ersten Mal zu uns kommen, verstehen unter 'Manualmedizin' Einrenken. Dadurch auch nicht selten die Frage von begleitenden Angehörigen „Können Sie mich auch kurz mal einrenken?“ - und deren etwas fassungsloser Gesichtsausdruck, wenn wir ihnen eröffnen, dass dem - wenn es überhaupt dazu kommt - erst eine Untersuchung von bis zu einer halben Stunde vorausgeht. Die Basis unseres Konzepts ist die Suche und Beseitigung von Funktionsstörungen, sogar über die reine Mechanik hinaus. Da kann am Schluss der Behandlung eine Manipulation stehen, genauso gut aber auch eine Lokalanästhesie, eine einseitige Sohlenverordnung bei Fehlstatik oder eine Überweisung zum Zahnarzt - und all dies in der richtigen Abfolge. Dann (und leider: nur dann) haben wir eine reelle Chance, unseren Patienten zu einem besseren inneren Gleichgewicht zu verhelfen.

Wir konnten im Lauf der Jahre die Erfahrung machen, dass eine exakte und subtile Auswertung der ganz normalen Röntgenaufnahmen von Halswirbelsäule und Schädelbasis enorm viele Informationen offenlegt und uns so eine zielführende Auswertung ermöglicht. Wir bemühen uns dabei, uns auf mitgebrachte Röntgenbilder zu stützen. Wo das - oft genug - nicht möglich ist werden wir uns bemühen, Ihnen zu verdeutlichen, warum das (oft genug) nicht mög-

lich war und wir neue Bilder machen mussten. Diese klassischen Röntgenbilder können übrigens nicht durch Kernspin-Untersuchungen ersetzt werden. Teurer ist eben auch hier nicht immer besser. Auf der Basis der Röntgenauswertung wird dann das Behandlungskonzept erstellt und ggf. die Manipulation geplant - oder auch andere Therapieformen in Erwägung gezogen.

Gerade bei Migräne ist dieses Abstimmen verschiedener Behandlungsmodalitäten sehr wichtig. Nur bei guter Choreographie der eingesetzten Mittel erreichen wir eine stabile Situation. Wieder und wieder hören wir von Patienten, dass sie „alle paar Wochen zum Einrenken gehen“ - wobei der anfangs in Monaten zu messende Erfolg sich immer mehr verkürzt. Extremfälle gibt es manchmal bei jungen Männern, die mir vorführen, wie sie sich selber mehrmals am Tag 'den Kopf zurechtrücken'. Meist ist ihnen selber bewusst, dass das nicht so ganz gut sein kann, aber die unmittelbare Erleichterung ist fast suchterzeugend. Hier ist erst Überzeugungsarbeit und ein zeitlicher Abstand von einigen Wochen nötig, will man anhaltend helfen. Manchmal muss man dann auf andere Behandlungskonzepte ausweichen, um der völlig überlasteten Biomechanik erst mal eine Verschnaufpause zu gönnen.

Wichtig für anhaltenden Erfolg ist auch, eventuelle Hintergrundfaktoren zu ermitteln. Viele Probleme der Halswirbelsäule fußen auf weiter entfernten Irritationen, die dann immer wieder zu Rückfällen führen, wenn man sich nur aufs 'Einrenken' beschränkt.

Bei den vielen verschiedenen Migräneformen, die wir im Lauf der Jahre bei unseren Patienten fanden, zeigt sich immer wieder, dass man den meisten Patienten mit einer doch recht standardisierbaren Methodik helfen kann - aber beileibe nicht allen. Auch hier gilt die 'Pareto-Regel', dass man für 80% der Fälle mit 20% seines Repertoires auskommt - aber halt für die anderen 20% den 'Rest' seiner Kenntnisse einsetzen muss. Kaum einer kommt frisch und unbehandelt zu uns, und so muss man sich nicht nur mit der Erkrankung des Patienten, sondern auch mit den vorab durchgeführten Therapien, auseinandersetzen. Deren Auswirkungen sind nicht immer nur positiv.

Jeder Patient mit seiner individuellen Problematik ist eine intellektuelle Herausforderung und es wäre arrogant zu behaupten, man könne allen gerecht werden. Aber man muss mit diesem Anspruch antreten, sonst erreicht man nicht viel. Und meist kann man's ja wahr machen...

Dieses im Hinterkopf haltend wünschen wir Ihnen eine gute und schnelle Besserung!

Ärzte & Team der PPH34