

Pressemitteilung

Volkskrankheit Kopfschmerzen

Häufiger zum Arzt oder Apotheker – oder zum Homöopathen?

Berlin, 9. September 2015 - Rund 54 Millionen Menschen in Deutschland plagen sich mit Kopfschmerzen. Bei vielen ist der Schmerz chronisch, tritt teilweise täglich auf.

„Kopfschmerzen sind eine Volkskrankheit, die aber noch immer unterschätzt wird“, sagt Apotheker Konstantin Primbas. Er ist Gründer und Inhaber der Versandapotheke Aponeo aus Berlin. „Am häufigsten sind Spannungskopfschmerzen, gefolgt von Migräne.“ Darüber hinaus gebe es noch zahlreiche weitere Arten - etwa 200 bis 250 unterschiedliche Typen -, die jedoch im Vergleich selten seien. Nicht immer gebe es erkennbare Ursachen. Wenn doch, seien es beispielsweise zu wenig Schlaf, zu wenig Flüssigkeit oder Stress. „Aber auch Wetterumschwünge und zu viel Schlaf können Auslöser sein“, sagt Primbas. Und: Häufig seien Kopfschmerzen auch eine Begleiterscheinung anderer Beschwerden, beispielsweise einer Grippeerkrankung. „Man spricht dann von sekundären Kopfschmerzen“, so Primbas.

Die jeweilige Behandlung müsse sich an der Art der Kopfschmerzen orientieren. Zum Beispiel: „Leichte Spannungskopfschmerzen lassen sich gegebenenfalls wegmassieren. Dabei kann Minzöl helfen“, sagt Martin Kreissl-Kohrs. Er ist leitender Apotheker bei Aponeo. „Bei akuten Schmerzattacken führt aber an Medikamenten oft kein Weg vorbei.“ Wer auf Schmerzmittel wie beispielsweise Aspirin zurückgreife, der müsse beachten, dass er die Mittel nicht zu häufig und zu lange anwende. Grundsätzlich rät er, häufiger mit seinem Arzt oder Apotheker zu sprechen. „Viele Menschen mit chronischen Kopfschmerzen haben sich noch nie untersuchen lassen“, beobachtet Kreissl-Kohrs. So wisse man oft nicht einmal, dass man an Migräne leide. Viele ordneten sich selbst als „normale“ Kopfschmerzgeplagte ein. Ein möglicher Indikator, wo der Kopfschmerz ende und die Migräne beginne: „Tut der gesamte Kopf weh und ist es ein drückendes Gefühl, sind es oft Kopfschmerzen. Tut eher eine Kopfhälfte weh und pulsiert der Schmerz, ist es in vielen Fällen Migräne.“ Der individuelle Fall könne aber durchaus auch anders gelagert sein. Man solle sich häufiger untersuchen lassen, betont er noch einmal.

Mancher mag dabei auch einen Weg abseits der Schulmedizin favorisieren: Die Rede ist von Homöopathie. Am Anfang steht dabei stets ein ausführliches Gespräch. „Ein guter Heilpraktiker nimmt sich sehr viel Zeit für die Erstanamnese. Zwei oder drei Stunden sind da keine Seltenheit“, sagt Claudia Kissig. Sie ist bei Aponeo für die Bestellung und den Versand homöopathischer Mittel zuständig; drei Jahre lang hat sie sich in klassischer Homöopathie

qualifiziert. „Kopfschmerzen sind wie jede Krankheit ein Signal dafür, dass der große Körperkreislauf gestört ist. Es ist wichtig, die persönlichen Hintergründe zu erfahren, um für den Betroffenen und sein Problem genau das eine homöopathische Mittel zu bestimmen, das zur Heilung führt.“ Das Mittel setze dann im Körper einen Reiz, der die natürlich vorhandenen Selbstheilungskräfte aktiviere. Die Homöopathie eröffne so zusätzliche Möglichkeiten zur Schulmedizin - auch bei Kopfschmerzen. Grundsätzlich sagt aber auch Kissig: Wer krank ist, gehöre in die Hände eines Arztes. „Zum Wohle der Patienten würde ich mir aber trotzdem wünschen, dass die Schulmedizin mehr mit den Homöopathen zusammenarbeitet. Beide Seiten können viel voneinander lernen.“

Mittel gegen Kopfschmerzen? Zum Beispiel...

- Euminz: ein sanfter Weg (äußerliche Anwendung) bei Spannungskopfschmerzen. <https://www.aponeo.de/08892222-euminz-loesung.html>
- Aspirin Migräne: gilt allgemein als Mittel erster Wahl bei der Selbstbehandlung von Spannungskopfschmerz und Migräne. <https://www.aponeo.de/00958298-aspirin-migraene-brausetabletten.html>

+++ APONEO bietet als erste Versandapotheke Deutschlands in Berlin die taggleiche Lieferung an. Dies umfasst auch rezeptpflichtige Medikamente – ein Novum. APONEO ist zudem die erste biozertifizierte deutsche Versandapotheke. Das Unternehmen beschäftigt rund 80 Mitarbeiter, überwiegend Apotheker und pharmazeutisch ausgebildete Kräfte. Über 140.000 Produkte hat das Unternehmen im Sortiment – von rezeptfreien und rezeptpflichtigen Medikamenten über homöopathische Artikel bis hin zu Kosmetika. Weitere Informationen erhalten Sie unter www.aponeo.de. +++

Pressekontakt

APONEO Deutsche Versand-Apotheke
Traute Sternberg
PR und Eventmanagement
Plauener Straße 163-165
13053 Berlin
Tel.: 030 31 98 61 – 548
Fax: 030 31 98 61 – 541
E-Mail: t.sternberg@aponeo.de