

# Kopfschmerz bei Kindern und Jugendlichen

*Ein verkanntes Problem? Häufig dauert es relativ lange, bis die richtige Diagnose gestellt ist.*

von **Sabine Schindler-Marlow**

Seit Jahren beobachten Experten, dass Kopfschmerzen bei Kindern häufiger werden. Obwohl die Fallzahlangaben je nach Studie variieren, kann davon ausgegangen werden, dass rund zwölf Prozent aller Kinder an behandlungsbedürftigen Kopfschmerzen leiden, bei rund jedem fünften werden sie als Migräne eingestuft. Viele Eltern sind angesichts ihrer über Kopfschmerzen klagenden Kinder hilflos und irritiert. Denn weitgehend unbekannt ist, dass auch schon Kinder unter chronischen Kopfschmerzen, beispielsweise einer Migräne, leiden können.

## Gefahr der Bagatellisierung

Sie zu erkennen ist oft schwierig, und viele Erwachsene verkennen oder bagatellisieren das Problem. Die möglichen Ursachen und Auslöser von Migräneanfällen sind bislang noch nicht völlig erforscht. Doch deuten Studien darauf hin, dass das Gehirn von Migränepatienten auf Grund einer genetischen Veranlagung auf innere und äußere Reize besonders empfindlich reagiert.

Äußere Einflüsse wie gestörter Schlafrythmus, Stress oder Ernährung sind nicht die eigentlichen Ursachen, wohl aber Auslöser der Schmerzattacken. Da der Stress für viele Kinder heute zunimmt, steigen auch die Zahlen der Kopfschmerzpazienten.

Viele Eltern reagieren auf die Beschwerden ihrer Kinder mit Selbstmedikation und verabreichen ihren Sprößlingen auch über längere Zeit Schmerztabletten. Doch gerade bei Kindern sollten nicht-medikamentöse Therapiemethoden Vorrang haben und Schmerztabletten nur nach ärztlicher Verordnung gegeben werden.

Kinder, die unter Kopfschmerz leiden, sind auf die Hilfe von Eltern und Ärzten angewiesen. Vorurteile und Unverständnis können hingegen die Symptome noch verstärken. So auch bei Martin B.\*, der nicht nur unter seinen Kopfschmerzen in Folge einer Infektionserkrankung zu leiden hatte, sondern auch unter den Bemerkungen seiner Umwelt, insbesondere der Lehrer und Mitschüler. „Drückeberger“, „Spinner“ und „Mamasöhnchen“ wurde er genannt, weil er ab und an bei aufkommendem Kopfschmerz darum bat, an die frische Luft gehen zu dürfen. Atteste von Ärzten wurden von der Schule nicht ernst genommen, mit schlechten Noten und noch mehr Druck antworteten die Lehrer auf die immer häufiger werdenden Krankschreibungen. Am Ende nahmen die Eltern Martin von der Schule. Auf einem anderen Gymnasium schließt er heute seine Schullaufbahn mit dem Abitur ab.

## Kindern helfen – Kinder verstehen

Bei Kindern ist die Fähigkeit, ihre Beschwerden zu schildern, naturgemäß noch sehr eingeschränkt, so

Dr. Hermann Josef-Kahl, Kinderarzt und Kinderkardiologe in Düsseldorf und Vorsitzender des Berufsverbandes der Kinder- und Jugendärzte in Nordrhein. Selbst Grundschulkindern fehlten oft noch die geeigneten Worte, um Ort, Intensität und Art ihrer Schmerzen zu beschreiben. Aus diesem Grund dauere es bei jungen Patienten häufig viel länger, bis die richtige Diagnose gestellt und eine sinnvolle Behandlung eingeleitet werde. Von daher komme den Beobachtungen der Eltern bei der Diagnose eine wichtige Rolle zu. Empfehlenswert sei daher, ein Migräne-Tagebuch zu erstellen, in dem das Wo, Wie, Wann und die Dauer des Schmerzes beschrieben und festgehalten werde. Seien dadurch die möglichen Auslöser des Schmerzes bekannt, ließen sich drohende neue Attacken leichter vermeiden, so Kahl.

## Hilfe finden

Informationen über das Krankheitsbild, spezialisierte Kinderärzte, Neurologen und Anästhesisten sowie Verhaltenstherapeuten sind häufig nur schwierig zu finden.

Die im Kasten aufgeführten Ansprechpartner können erste Informationen und Rat geben.

### Informationen

Deutsche Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft e.V.  
Universitätsstr. 84  
93053 Regensburg  
Internet: [www.dmkkg.de](http://www.dmkkg.de)  
Kopfschmerzfragebögen für Kinder und Eltern erhältlich

Schmerztherapeutisches Kolloquium  
Geschäftsstelle, Adenauerallee 18  
61440 Oberursel  
Internet: [www.stk-ev.de](http://www.stk-ev.de)

Deutsche Gesellschaft zum Studium des Schmerzes e.V. (DGSS)  
Joseph-Stelzmann-Str.9  
50924 Köln

Sozialpädagogisches Zentrum  
Frau Höhne, Frau Brüggemann  
Virchowstr. 20  
46047 Oberhausen  
Tel: 0208 / 881 4111

Psychotherapie Informationsdienst  
Heilsbachstr. 22-24, 53123 Bonn  
Tel: 0228 / 746699  
Internet: [www.psychotherapiesuche.de](http://www.psychotherapiesuche.de)

### Selbsthilfe

Deutsche Schmerzhilfe e.V.  
Sietwende 20  
21720 Grünendeich  
Tel. 04142 / 810434  
E-Mail: [schmerzhilfe@t-online.de](mailto:schmerzhilfe@t-online.de)  
Kopfschmerztagebuch für Kinder gegen eine Schutzgebühr von 6.-DM erhältlich

\* Name ist der Redaktion bekannt