

Wie entsteht eigentlich Kopfschmerz?

Kopfschmerzen genau zu lokalisieren ist gar nicht so einfach. Denn die Hirnsubstanz selbst ist nicht schmerzempfindlich. Der Schmerz entsteht meist in der Hirnhaut, dem Bindegewebe, das das Hirn umgibt. Aber auch verstopfte Nebenhöhlen, Verspannungen im Hals- und Nackenbereich oder Entzündungen an den Zähnen können Kopfschmerzen auslösen.



Am 5. September 2019 ist bundesweiter Tag des Kopfschmerzes. Foto: Teva

Gängigste Ursachen für Kopfschmerzen sind Schlafmangel, beziehungsweise unruhiger Schlaf, zu viel Alkohol und Belastung durch Stress. Wer zu wenig Flüssigkeit zu sich nimmt, steigert ebenfalls sein Kopfschmerz-Risiko. Auch Bluthochdruck kann sich schmerzhaft im Kopfbereich bemerkbar machen. Bei Frauen stecken oft hormonelle Veränderungen hinter dem Schmerz. Nach einer Gehirnerschütterung oder einer Hirnhautentzündung ist das Auftreten von Kopfschmerzen während eines begrenzten Zeitraums häufig unvermeidlich.

Bei Kopfschmerzen bietet sich der schnelle Griff zu freiverkäuflichen Schmerzmitteln an. Doch wiederkehrende Schmerzen immer wieder so zu bekämpfen ist riskant. Zum einen gewöhnt sich der Körper an die Mittel, was oft höhere Dosen erfordert. Zum anderen so besteht das Risiko, möglicherweise eine behandlungsbedürftige Migräne-Erkrankung lange Zeit zu verdecken.

Ursachenforschung bei Migräne

Die Ursachen von heftigen Migräneattacken werden intensiv untersucht. Bei vielen Betroffenen besteht offenbar eine erbliche Veranlagung für die „hammerschlagartig“ auftretenden Kopfschmerzen.

Bei chronischen Kopfschmerzen, oder wenn sich die Art von Schmerzen nach Jahren plötzlich ändert, empfiehlt es sich, einen Arzt aufzusuchen. Zuvor sollte man Dauer, Schwere und eventuell wichtige Begleitumstände der Kopfschmerzen aufschreiben.

Quelle: A&O Gesundheit Medien- und Verlagsgesellschaft mbH, 23.07.2019

Forum "Gesundes Erding"

Galeria Vital® Gesundheits- und Marketingredaktion

Quellen-URL: <http://www.gesundes-erding.de/aktuelles/wie-entsteht-eigentlich-kopfschmerz>