



## Kopfschmerz bei älteren Menschen

Eine Umfrage im US-Bundesstaat Florida bei 3.000 älteren Menschen belegt: Knapp 14 Prozent der Frauen und 6,5 Prozent der Männer leiden unter Kopfschmerzen.

Vergleichbare Zahlen gibt es in Deutschland nicht. Als sicher gilt indes, dass jeder dritte Kopfschmerzpatient älter als 65 Jahre ist.

### KOPFWEH IST KEIN JUGENDLEIDEN

Dieses Ergebnis widerlegt das Vorurteil, dass ältere Menschen nur selten Kopfschmerzen haben. Richtig ist allerdings, dass die Beschwerden bei Älteren etwas seltener sind als bei jüngeren Menschen. Ebenso trifft zu, dass sich mit den möglichen Kopfschmerzursachen im Alter auch das Spektrum der Beschwerden wandelt.

Ältere Menschen, dies zeigen neuere Untersuchungen, leiden häufig unter anderen Kopfschmerzformen als jüngere. Bei jungen Leuten und Menschen im mittleren Alter sind die so genannten primären Kopfschmerzen, also Migräne und Spannungskopfschmerz, am häufigsten. Jeder fünfte, also etwa 20 Prozent, leidet in diesem Alter an Migräne. Rund 30 Prozent klagen über Spannungskopfschmerzen.

Dieses Muster beginnt sich bei Älteren zu verschieben: Etwa 15 Prozent haben Spannungskopfschmerzen, der Anteil der Migränepatienten geht auf unter zehn Prozent zurück.

### ERSTMALS KOPFSCHMERZ: ZUM ARZT

Besonders häufig kommt es bei älteren Patienten zu Kopfschmerzen, die durch andere Erkrankungen hervorgerufen wer-

den – so genannte sekundäre oder symptomatische Kopfschmerzen.

Wenn bei einem älteren Menschen Kopfschmerzen erstmalig auftreten, sollte darum unbedingt ein Arzt konsultiert werden. Setzt ein starker Schmerz plötzlich ein oder tritt er immer wieder auf sollte die Ursache von einem Neurologen untersucht und diagnostiziert werden.

Wenn ältere Menschen erstmalig unter Kopfschmerzen leiden, kann dies verschiedene Ursachen haben. Beispielsweise können ein hoher Blutdruck, Zahnprobleme oder schlecht angepasste Brillengläser Kopfschmerzen verursachen. Wer schon mit Kopfweg aufwacht, könnte unter Schlafstörungen oder kurzzeitigen Atemstillständen, einer so genannten Schlafapnoe leiden. Auch die Lebensumstände älterer Menschen und depressive Verstimmungen können Kopfweg verursachen.

Treten Kopfschmerzen immer im Zusammenhang mit der Einnahme von Medikamenten auf, sollte man dies mit dem behandelnden Arzt besprechen. Denn Kopfschmerzen können auch eine Nebenwirkung von Arzneimitteln sein. Nur in seltenen Fällen kann ein Tumor die Ursache der Beschwerden sein.

### ENTZÜNDUNG DER SCHLÄFENARTERIE

Auch eine Entzündung der Schläfenarterie kann plötzlich Kopfschmerzen auslösen. Typisch sind oft einseitige, dumpf-brennende, manchmal auch pulsierende Schmerzen. Die Schläfenarterie ist zumeist spürbar verhärtet und druckempfindlich. Hinzu kommt ein starkes Krankheitsgefühl. Diese Entzündung kann zur Erblindung

führen. Wird sie jedoch rechtzeitig erkannt, kann der Arzt sie mit Kortikosteroiden erfolgreich behandeln.

Auch darum ist es wichtig, dass ältere Menschen, die in jüngeren Jahren nur gelegentlich unter Kopfschmerzen litten, unbedingt zum Arzt gehen, wenn Beschwerden häufiger werden, besonders heftig sind oder wenn sich der Schmerz verändert.

#### MIGRÄNE IST IM ALTER SELTENER

Nach den Wechseljahren beobachten viele Migränepatientinnen, dass die Attacken seltener werden oder ganz verschwinden. Doch dies trifft nicht generell zu: Ebenso kann die Migräne bleiben oder sogar schlimmer werden.

Altersbedingter Verschleiß in der Halswirbelsäule sowie depressive Verstimmungen könnten hingegen der Grund dafür sein, dass Ärzte bei älteren Menschen häufiger einen Spannungskopfschmerz diagnostizieren.

Ältere Männer haben insgesamt seltener Kopfschmerzen und auch weniger Probleme mit Migräne. Dafür leiden sie jedoch öfters unter seltenen Kopfschmerzformen. Dazu gehören beispielsweise der besonders qualvolle Cluster-Kopfschmerz. Er tritt in Episoden auf und wird häufig nicht richtig diagnostiziert: Vielen Ärzten, die nicht auf Kopfschmerz spezialisiert sind, ist er unbekannt. Er tritt jedoch selten erstmals im Alter auf.

#### GESICHTSSCHMERZ BEI FRAUEN HÄUFIG

Frauen leiden vor allem häufiger unter atypischem Gesichtsschmerz.

#### NICHT ALLE MEDIKAMENTE SIND GEEIGNET

Spezielle Therapieempfehlungen für ältere Kopfschmerzpatienten gibt es nicht.

Verursacht Acetylsalicylsäure Magen-Darm-Beschwerden, können auch Paracetamol oder Metamizol helfen. Bestimmte Medikamente (Ergotamine, Triptane, Trizyklika) verengen die Gefäße. Migränepatienten, die an koronarer Herzkrankheit leiden, sollten daher mit ihrem Arzt darüber sprechen, ob sie weiterhin ihre gewohnten Medikamente einnehmen dürfen. Betablocker zur Migräneprophylaxe sollten wegen ihrer müdemachenden Wirkung möglichst niedrig dosiert werden. Besonders zu beachten sind Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten, die Kopfschmerzen auslösen können.

**Die DMKG rät:**  
**Ältere Menschen, die  
in jüngeren Jahren  
nur selten Kopfschmerzen  
hatten, sollten unbedingt  
zum Arzt gehen, wenn die  
Beschwerden häufiger  
werden, besonders heftig  
sind oder wenn sich der  
Schmerz verändert.**