

## Die wichtigsten Fakten

### Was ist eine Migräne?

Migräne ist eine plötzlich eintretende Form von Kopfschmerzen, die sich durch einen pulsierenden und meist halbseitigen Schmerz äussert. Oft sind Migränen begleitet durch weitere Symptome wie Übelkeit, Erbrechen und Überempfindlichkeit gegen äussere Reize.

### Was sind die Auslöser einer Migräne?

Neben der genetischen Veranlagung spielen externe Faktoren eine wichtige Rolle. Typische Auslöser von Migräne können bestimmte Wetterlagen (z.B. Föhn), Alkohol, bestimmte Lebensmittel (z.B. Käse, Nüsse), Stress und Schlafmangel sein.

### Wie häufig ist Migräne?

In der Schweiz leiden rund 1 Million Menschen an Migräne. Global gesehen leben in Industrieländern über 10 % der Bevölkerung mit Migräneattacken.

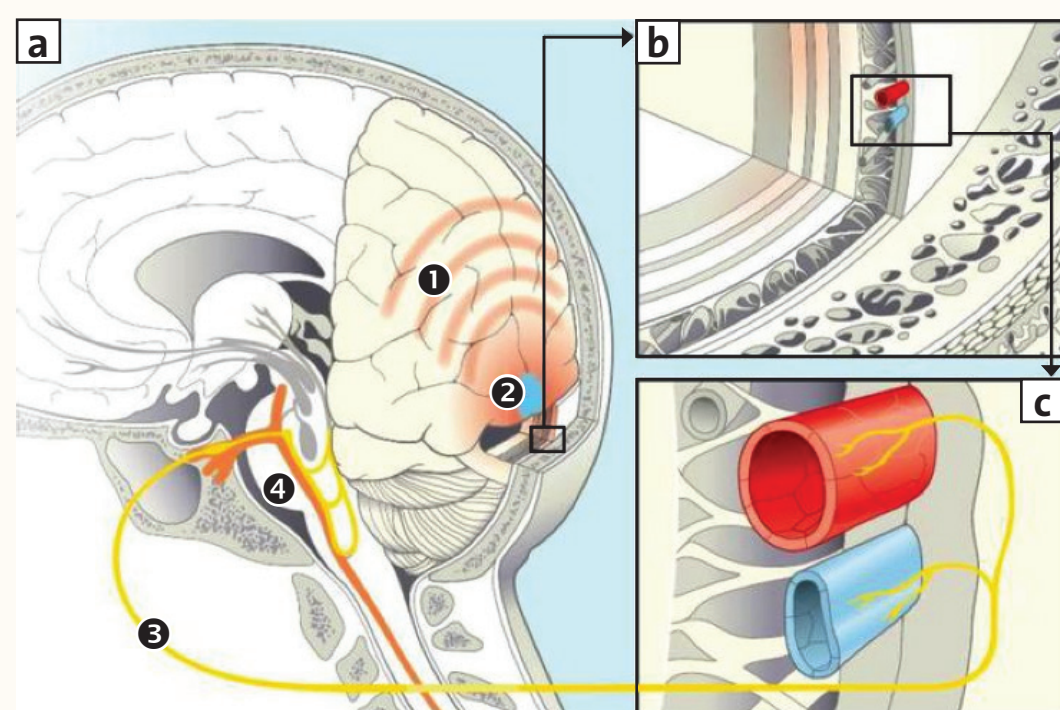
### Wer ist betroffen?

Migräne beginnt meistens im Schulalter und mit Einsetzen der Pubertät. Frauen leiden häufiger (15-25 %) an Migräne als Männer (6-8 %), was mit den weiblichen Sexualhormonen in Verbindung gebracht wird. Hauptsächlich betroffen sind Personen im Alter zwischen 25 und 45 Jahren.

## Was im Kopf passiert

Überaktive Blutgefässe und ein übererregtes zentrales Nervensystem – ausgelöst durch interne oder externe Trigger – spielen eine wichtige Rolle bei der Entstehung einer Migräne. Die Blutgefässe auf der Hirnoberfläche (meningeale Gefässe) stimulieren den Trigeminusnerv und die Schmerzrezeptoren in den Hirnhäuten (siehe Abbildung). Zum Migräne-Syndrom gehört daneben auch die Aktivierung gewisser Hirnstammregionen, was zum Schmerzempfinden im Kopf beiträgt. Die genauen Ursachen der Migräne sind immer noch unbekannt.

## Querschnitt des Gehirns mit Lage im Schädelknochen sowie Schema des Hirnstammes



- Im visuellen Cortex ❶ beginnt die visuelle Migräne-Aura ❷.
- Das Gehirn wird durch die eingebetteten Blutgefässe (Arterie rot, Vene blau) auf der Hirnoberfläche mit Nährstoffen und Sauerstoff versorgt.
- Die Blutgefässe in der Hirnhaut sind vom Trigeminusnerv ❸ umgeben, welcher die Schmerzsignale übermittelt und für die Wahrnehmung wichtig ist. Der Nucleus Trigeminalis ❹ im Hirnstamm steuert den Ablauf der Migräne.