

Kopfschmerzen – Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten

Millionen Menschen weltweit leiden an Kopfschmerzen. Allein in Deutschland kämpfen vier bis fünf Prozent der Deutschen gegen tägliche Kopfschmerzen und sogar 70 Prozent leiden unter anfallsweisen oder chronisch immer wiederkehrenden Kopfschmerzen. [Quelle: zentrum-der-gesundheit.de]

Kopfschmerzen können verschiedene Auslöser haben, von denen hier nur einige genannt werden sollen. Wasser- oder Vitalstoffmangel, Stress, Wetterfühligkeit, übermäßiger Konsum von Genussgiften sind ebenso Ursachen für Kopfschmerz wie Schlafmangel (siehe meine „Tipps aus der Praxis: Schlaflosigkeit – Wenn Ihre Nacht zum Tag wird“) oder Muskelverspannungen im Schulter-Nackebereich.

„Bleiben Sie locker!“

Verhärtete Schulter- und Nackenmuskeln können durch Fehlhaltungen, beispielsweise bei der Arbeit am Computer, entstehen. Die meisten Personen, die oft und lange am Bildschirm arbeiten, nehmen eine statische Haltung ein. Für den Muskel ist das unnatürlich – er braucht eigentlich einen Wechsel von Anspannung und Entspannung um gut zu funktionieren. Bestehen diese Fehlhaltungen nun über eine lange Zeit, verhärten und verkürzen sich die Brust- und Halsmuskeln. In der Folge werden Nerven und Arterien regelrecht gequetscht. Die Leitungsgeschwindigkeit der Nerven verringert sich, es kommt zu Schmerzen oder zu eingeschränkter Fähigkeit den Kopf drehen zu können. Außerdem können Schmerzen in den Armen, eine Blutdruckerhöhung, Tinnitus, Sehstörungen, Atemnot und anderen Symptome auftreten. Aus meiner Praxis kann ich berichten, dass sogar schon sehr junge Menschen von solchen Fehlhaltungen betroffen sind – mit den entsprechenden Konsequenzen.

Schmerzmittel sind keine Lösung

Versucht der von Kopfschmerzen geplagte Patient durch Schmerzmittel Linderung zu bekommen, werden zwar die Symptome wenigstens für eine Zeit beseitigt oder gemildert. Eine Möglichkeit hingegen, an die Ursache Ihrer Kopfschmerzen durch verspannte Nackenmuskulatur zu gehen, ist die wirkungsvolle Behandlung mit der Therapeutischen Lokalanästhesie (TLA). Ich führe diese Behandlung in meiner Praxis seit mehr als zwei Jahrzehnten durch. Auf meiner Webseite (<http://die-schmerztherapie.de/referenzen.html>) finden Sie Briefe von Patienten, die durch die Behandlung mit der TLA von ihren Kopfschmerzen befreit wurden.



Kopfschmerzen beeinträchtigen Ihre Lebensqualität. Finden Sie sich nicht damit ab. Ich nehme mir für Sie Zeit für eine erste eingehende Untersuchung und ein intensives Gespräch, um auf dieser Grundlage Ihr Therapiekonzept zu erstellen.

Ihre

Cornelia Müller-Taufertshöfer