

## Therapie & Praxis

Stressmanagement gegen Migräne <b>Wer nicht genießt, wird ungenießbar</b>	6
Vorsicht bei Herz-Kreislauf-Leiden und im Alter <b>Grenzen der Triptan-Therapie</b>	8
Unbewusste Körperreaktionen willentlich steuern <b>Migräne mit Biofeedback in den Griff bekommen</b>	9
Naturheilkundliche Behandlung von menstrueller Migräne <b>„Es genügt nicht, nur die Hormonproduktion anzuregen“</b>	11

## Selbsthilfe im Fokus

Warum die Beratung durch den Arzt Besserung bringt <b>Werden Sie selbst zum Kopfschmerz-Experten</b>	13
Gedanken über... <b>Eine Schublade, die nicht mehr zugeht</b>	15
Lucia Gnant informiert Vereinigung clubfreier Golfspieler <b>Golfen gegen Migräne</b>	16
<b>Jubiläums-Symposium in Königstein</b>	17

## Neues aus der Forschung

Sinnesorgane und Migräne/Letzter Teil der Serie <b>„Fass mich jetzt bitte nicht an!“</b>	18
---	----

## Firmen Forum

Vier verschiedene neue Präparate <b>Migräne mit Vitalstoffen vorbeugen</b>	20
Neue verbesserte Rezeptur <b>Besser verfügbare Energie für das Gehirn</b>	20
Studie zu Prophylaxe mit Pestwurz <b>Wirkung abhängig von Dosis und Einnahmedauer</b>	21

## kurz & bündig

Einschätzung von Prof. Uwe Reuter, Charité Berlin <b>Migräne mit Cannabis behandeln?</b>	21
---	----

Fotos: Titelseite großes Bild © LuckyImages - Fotolia.com; kleines Bild oben © Wolfgang Dumat; kleines Bild Mitte © MigräneLiga/A. Rech; kleines Bild unten © zhu difeng - Fotolia.com

## In eigener Sache

Frühjahrs-Symposium der MigräneLiga <b>Volles Haus in Stuttgart</b>	22
Die MigräneLiga unterstützt Betroffene mit Rat und Tat <b>Die wichtigsten Tipps zur Gründung einer Selbsthilfegruppe</b>	24
<b>Mitgliederverwaltung ist umgezogen</b>	24
<b>Wir begrüßen unsere neuen Selbsthilfegruppen</b>	25
<b>Neues aus der Geschäftsstelle</b>	
Weiterbildung in Weimar <b>Eine rundum interessante Veranstaltung</b>	26
MigräneLiga nahm an vfa-Tagung teil <b>Lebensqualität von chronisch Kranken verbessern</b>	26
Kalender zum Jubiläum der MigräneLiga geplant <b>Die ersten Bilder sind bereits angekommen</b>	26
<b>Aus unseren Selbsthilfegruppen</b>	
<b>Leserbriefe &amp; E-Mails</b>	
<b>Kolumne</b>	

## Standards

<b>Editorial</b>	3
<b>Impressum</b>	18
<b>MigräneLiga-Selbsthilfegruppen</b>	31

### Bitte unterstützen Sie die MigräneLiga e.V. Deutschland mit Ihrer Spende!

Die MigräneLiga e.V. Deutschland setzt sich für Menschen mit Kopfschmerzen und Migräne ein. Der Verein ist vom Finanzamt als gemeinnützig anerkannt. Damit können Spenden steuerrelevant eingesetzt werden. Auf Wunsch erhalten Sie dafür eine Zuwendungsbestätigung für das Finanzamt. Jede noch so kleine Spende hilft, die Versorgung und die Lebensqualität von Menschen mit Kopfschmerzen und Migräne zu verbessern.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

MigräneLiga e.V. Deutschland  
Volksbank Heidelberg  
Kontonummer: 49406509  
Bankleitzahl: 67290000  
IBAN: DE03 6729 0000 0049 4065 09  
IC: GENODE61HD1



PD Dr. Rolf Malessa, Klinik für Neurologie und Klinische Neurophysiologie, Sophien- und Hufeland-Klinikum Weimar

Foto: © privat