

Therapie & Praxis

Überblick von Dr. Axel Heinze Migräne-Therapie im Wandel eines Vierteljahrhunderts	6
Zur Kopfschmerz-Tablette noch eine gegen Kreuzweh? Die Abhängigkeitsfalle	8
Bauchschmerzen als Vor-Erkrankung, die oft Kinder trifft Wenn der Bauch Migräne hat	10

Selbsthilfe im Fokus

Serie Entspannungsverfahren/Teil 3 Qigong reguliert die Körperspannung	12
----------------------------------------------------------------------------------	----

kurz & bündig

Digitale Gesundheitsakte im Test	14
Neue Leitlinie für die Migräne-Therapie	14

Zum Lesen

So kann uns die fernöstliche Medizin helfen	15
Achtsamkeitsbasierte Schmerz-Therapie	15

Neues aus der Forschung

Experte informiert über neue Migräne-Spritze Gut wirksam und arm an Nebenwirkungen	16
Zusammenhang zwischen zwei ähnlichen Erkrankungen Erhöht Migräne das Schlaganfall-Risiko?	17
Per App besser mit chronischen Schmerzen umgehen	18

Firmen Forum

Die schnellste Therapie bei Attacken	19
Mit Magnesium Kopfschmerzen vorbeugen	19

In eigener Sache

Dank und Anerkennung für erfolgreiche Arbeit 25 Jahre MigräneLiga gewürdigt	20
Impressionen von der Jubiläums-Veranstaltung	22
Die Gewinner sind Bautzen, Kassel und Düren Besonders aktive Selbsthilfegruppen geehrt	23
Gedanken über ... „Kopfschmerzen, auch wenn man gar keine hat“	24
Neues aus der Geschäftsstelle	
Dreiländer-Tagung in Bad Zurzach/Schweiz Experten können von Migräne-Betroffenen lernen	25
MigräneLiga bei Pfizer Patienten-Dialog in Berlin Kalender als Beispiel für gelungenes Projekt	25
Ehrenamtliches Engagement für die MigräneLiga Herzlich willkommen: zwei neue Regionalleiter	26
Weiterbildung in Kassel Intensivkurs für Selbsthilfegruppen-Leiter	26
Aus unseren Selbsthilfegruppen	
Kolumne	30

Standards

Editorial	3
Impressum	14
MigräneLiga-Selbsthilfegruppen	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



Dr. Wolfgang Dippel,
Staatssekretär im Hessischen Ministerium für Soziales und Integration

Foto: © Hess. Ministerium für Soziales und Integration