

Praxis

Wege aus der Migräne - Teil 3 der Prophylaxe-Serie Botox-Injektionen bei chronischer Migräne	6
Medikamenten-Übergebrauch bei Migräne Wenn Schmerzmittel Kopfweh auslösen	8

Fokus

Migräne und Ernährung Nichts essen ist auch keine Lösung	10
Kinderecke	11

Studien

Voraussetzungen, Ablauf, Vorteile und Risiken Teilnahme an einer Studie - ja oder nein?	12
--	----

Zum Lesen

Fantasievolles Malbuch für Erwachsene Kreativ werden gegen Stress	14
Hilfe ohne Einlagen, Medikamente und OP Gesunde Füße - gesunder Mensch	14

Firmen Forum

Migräne und Krämpfe vorbeugen mit weniger Nebenwirkungen Magnesium wirkt auch über die Haut	16
Neurologische Klinik Selzer Individuelle Therapie in malerischem Ambiente	16

Spektrum

7. Juni 2016 von 9-18 Uhr Aktionstag gegen den Schmerz	17
Wegen zu geringer Nachfrage Keine Kompaktkur mehr in Bad Endbach	17
Naturheilkunde-Ausstellung	17

Angeklickt

Mehr Informationen zu Pestwurz im Internet	17
--	----

Standards

Editorial	3
Impressum	14
MigräneLiga Selbsthilfegruppen	31

Fotos Titelseite: großes Bild © Kontrec, iStock; kleines Bild oben © Magdeburger Tourismusbüro Touralis; kleines Bild Mitte © Wavebreakmedia, iStock; kleines Bild unten © chronische-migraene.de; Foto linke Seite: © querbeet, iStock

MigräneLiga

Klausurtagung des Leitungsteams in Stromberg Ein Ziel für 2016: neue Mitglieder gewinnen	18
Vorstandswahlen im April Vorstellung der neuen Bewerber	18
Interview zur Gesundheitspolitik „Große Veränderungen erfordern eine fundierte Grundlage“	19
Migränetherapie - wie sieht die Zukunft aus? Einladung zum Frühjahrs-Symposium in Magdeburg	20
3 Fragen an SHG-Regionalleiter Peter Schienemann Wie WhatsApp die Kommunikation erleichtert	22
Weiterbildung der Regionalgruppen Nord und West in Löhne Fachvorträge und Erfahrungsaustausch	22
Informative Weiterbildung in Heidelberg	23
Tagung zu klinischen Studien	24
BAG-Selbsthilfe-Kongress in Berlin Mehr Mitspracherecht für Patientenvertreter	24
Neues aus der Geschäftsstelle	
Bewährte Tipps für Migräne-Patienten 10 Goldene Regeln in neuer Aufmachung	25
Vorsicht bei Adressänderung! Bei Nachsendeantrag kein Magazin	25
Bei Veranstaltungen der MigräneLiga Erstattung der Reisekosten	26
Kostenlose Broschüre der MigräneLiga Migräne in Schwangerschaft und Stillzeit	26
Aus den Selbsthilfegruppen	27
Leserbriefe & E-Mails	29
Kolumne	30

Bitte unterstützen Sie die Migräne-Liga 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
BIC: GENODE61HD1



Dr. Raymund Pothmann,
Zentrum
Integrative Kinder-
schmerztherapie,
Hamburg

(Foto: © privat)