

Praxis

Wege aus der Migräne - Teil 2 der Prophylaxe-Serie Rezeptpflichtige Medikamente schützen vor Attacken	6
Schmerzmittel oder Triptane? Mit der richtigen Arznei Attacken schnell stoppen	8
Tritt oft gehäuft innerhalb der Familie auf Migräne, eine Erbkrankheit?	10
Akutbetten in Königstein genehmigt Versorgung bei Migräne verbessert	11

Fokus

Krafttraining bei Migräne? Starke Muskeln schützen vor Schmerz	12
Wintersport gegen Migräne	12
Kinderecke	13
Gedanken zum Jahresende Innehalten	14
Was bringen Health Apps? Gesundheitsvorsorge per Handy	15

Firmen Forum

Mit Vitalstoffen Migräne vorbeugen Energiemangel im Gehirn verhindern	16
Zum fünften Mal Top-Mediziner Deutschlands „Focus“ zeichnet Dr. Zoltan Medgyessy aus	16

Studien

Erfolg mit probiotischem Präparat Stabile Darmflora bessert Migräne	18
CGRP-Blocker wirken vielversprechend Experten hoffen auf neue Medikamente	18

Spektrum

Gegen Übelkeit und Erbrechen MCP-Tropfen wieder erhältlich	19
Am besten dreimal täglich Lüften schützt vor Kopfschmerzen	19

Zum Lesen

Kritik an Lebensmitteln Wissen Sie wirklich, was auf den Teller kommt?	20
Praktischer Ratgeber Schlafen lernen	20

Angeklickt

Transparenz über medizinische Leistungen	20
Neue Leitlinie zur Kopfschmerz-Behandlung	20

Fotos Titelseite: großes Bild © Rich Legg, iStock; kleines Bild oben © nojustice - iStock; kleines Bild Mitte © jansucko - iStock; kleines Bild unten © MigräneLiga

MigräneLiga

Zufriedene Gesichter beim Symposium in Potsdam „Vom Informations-Austausch profitiert“	21
Termine 2016	22
Neues aus der Geschäftsstelle	
Mitgliederversammlung in Potsdam Positive Nachrichten vom Vorstand	24
Weiterbildungsveranstaltung in Chemnitz Wichtiges gelernt für die SHG-Arbeit	25
Stand auf dem Schmerzkongress Mannheim Neueste Informationen aus Medizin und Forschung	26
Treffen der SHG-Spitzen aus Deutschland, Österreich und der Schweiz Engere Zusammenarbeit geplant	26
Umfrage des Vorstands Mitgliedsausweise - was ist wichtig?	26
Reges Interesse aus dem Ausland Viele Klicks auf der Website der Liga	27
Schlechte Recherche zum Thema Migräne? Kritik am „Tatort“	27
Aus den Selbsthilfegruppen	28
Leserbriefe & E-Mails	29
Kolumne	30

Standards

Editorial	3
Impressum	14
MigräneLiga Selbsthilfegruppen	31

Bitte unterstützen Sie die Migräne-Liga e.V. Deutschland durch Ihre 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. Selbstverständlich 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



Prof. Dr. med.
Hartmut Göbel,
Chefarzt der
Schmerzklinik Kiel

(Foto: © Schmerzklinik Kiel)