

Therapie & Praxis

Ähnlichkeiten und Unterschiede der beiden Krankheiten	
► Grenzgebiet Migräne und Epilepsie	6
Verhaltenstherapie unterstützt die Schmerz-Behandlung „Es ging ja schon wieder!“	8
Seltene Urlaubs-Übel	
► Flug in den Kopfschmerz	11
Persönliche Tipps einer Betroffenen	
Entspannt Reisen mit Migräne	14

kurz & bündig

Pregabalin lohnt keine Experimente	12
-------------------------------------------	-----------

Selbsthilfe im Fokus

Studie zu Kopfschmerz durch Arznei-Übergebrauch	
► Wie hilft Achtsamkeit bei Migräne?	16

Neues aus der Forschung

Zusammenarbeit von Junger DMKG und MigräneLiga Dialog mit angehenden Experten	18
Studie: per App-Training Attacken-Häufigkeit mindern Weniger Nackenschmerz, weniger Migräne?	19
Studie: Patienten für MRT-Untersuchung gesucht Gefäßfunktion im Kopf erforschen	19

Recht & Soziales

Umfrage der EMHA in mehreren Ländern Migräne-Patienten fühlen sich stigmatisiert	20
Kommentar zu Stigmatisierung	21
Nicht nur Vorzüge, auch Einschränkungen nennen Soll ich mich am Arbeitsplatz „outen“?	21

Firmen Forum

Austausch zu Produkt-Entwicklung mit AspiAir Patienten-Perspektive frühzeitig einbinden	22
Neues Gerät aktiviert körpereigene Schmerzhemmung Armband lindert Migräne mit Strom	22

Erfahrungsbericht

Abitur und Studium mit Migräne „ Wie habe ich das nur geschafft? “	23
------------------------------------------------------------------------------	-----------

In eigener Sache

Arbeitsintensive Klausurtagung des Vorstands Das will die MigräneLiga in Zukunft anpacken	24
Weiterbildung in Löhne verschoben	24
Training, das Gruppenleiter an ihre Gruppe weitergeben Besser mit Migräne klarkommen	25
Aus der Geschäftsstelle	
Tipps für die Gruppenarbeit Radikal höflich im Umgang mit Rechtspopulisten	26
Als Patientin im Seminar der Sporthochschule Köln Erfahren, was Migräne bedeutet	26
Dreiländer-Tagung in Interlaken Selbsthilfe im Gespräch mit Experten	27
Online-Vorträge bei der Arbeitsagentur Essen Wenn es wieder pocht	27
Viel Interesse in Feldafing	27
70 Teilnehmende in Oldenburg	27
Infostände mit der DAK	27
Termine	31
Aus unseren Selbsthilfegruppen	28
Kolumne	29

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
BIC: GENODE61HD1



Dr. med. Bianca Raffaelli
Oberärztin,
Klinik für Neurologie,
Charité Universitäts-
medizin Berlin

Foto: © privat