



Merkblatt

Komplementäre Migränebehandlung

Migräne-Akupunktur

Therapeutisch hat sich die Akupunktur sehr bewährt. Man braucht ca. 10 Sitzungen, jeweils 2 bis 3 x wöchentlich, um einen Erfolg zu erzielen. Häufigkeit und Intensität der Anfälle lassen sich dadurch reduzieren, in Einzelfällen gelingt auch eine Ausheilung der Migräne. Dazu sind jedoch meist weitere Verfahren zur Unterstützung erforderlich.

Amalgam-Check

Überdurchschnittlich häufig finden sich Amalganbelastungen bei Migränepatienten. Eine Mundstrommessung oder das VEGA-TEST-Verfahren (siehe dort) helfen hier weiter.

Migräne-Injektions-Behandlung

Unterstützend zur Akupunktur kann eine Injektions-Therapie mit homöopathischen Substanzen sowie die Gabe von hochdosierten Vitaminen sinnvoll sein.

Migräne-Segment-Therapie und Trigger-Punkt-Injektion

Die meist parallel bestehenden starken Verspannungen im Schulter-Nacken oder auch gesamten Rückenbereich reagieren sehr gut auf eine Segment-Therapie oder Behandlung von Trigger-Punkten. Dabei werden Neuraltherapeutika (nur am Injektionsort wirksame Schmerzmittel) und homöopathische Mittel in bestimmte Abschnitte der des Rückens als Quaddel injiziert. Es führt zu einer Lockerung der Muskulatur und Nachlassen der Schmerzen unmittelbar schon nach der Injektion.

Intestinale Barriere-Stabilisierung (IBS) / Symbioselenkung

Der Darm ist bei der Migräne-Erkrankung vermutlich auf verschiedene Art mitbeteiligt. So werden gefäßaktive Substanzen, wie biogene Amine zum Teil im Darm gebildet. Durch ausgewogene Ernährung und die Stabilisierung des Darmmilieus mit Hilfe von pflanzlichen Bitterstoffen und Bakterienextrakten, lassen sich nachweislich ein positiver Einfluß auf die Migräne-Erkrankung erzielen. Hierbei werden für ca. 4 bis 6 Monate entsprechende Präparate eingenommen.

Bioelektronischer Nahrungsmitteltest (VEGA-TEST)

Nahrungsmittelallergien im klassischen Sinne spielen bei der Migräne in aller Regel nur sehr selten eine Rolle. Dennoch können Nahrungsmittel, vermutlich auf einem nicht allergischen Mechanismus beruhend, ungünstige Wirkungen auf das Kopfschmerzgeschehen haben. Neben der Analyse der Ernährungsgewohnheiten kann ein bioelektronischer Nahrungsmitteltest aus der bioelektronischen Funktionsdiagnostik bei der Identifikation von eventuell unverträglichen Nahrungsmitteln beitragen.

Regulation des Säure-Basen-Haushaltes

Bei der Migräne-Erkrankung sind das Bindegewebe und die Muskulatur meist übersäuert durch entsprechende Stoffwechselschlacken. Durch die Infusion von basischen Lösungen und die längerfristige Einnahme von Basenpulvern in Verbindung mit einer regelmäßig zu Hause durchgeführten Urin pH-Messung wird eine Entsäuerung des Organismus eingeleitet. Dies soll letztlich zu einer Besserung der Rückenverspannungen und einer verbesserten Durchblutungsregulation im Kopfbereich beitragen.

Spiroergometrische Beratung für Ausdauertraining

Regelmäßig durchgeführtes Ausdauertraining allein kann schon zu einer Besserung der Migräne-Erkrankung beitragen. Wenn jemand bisher eine vorwiegend bewegungsarme Lebensweise hatte, empfiehlt sich ab dem 35. Lebensjahr ein ärztlicher Eingangs-Check, um etwaige Risiken eines Ausdauersportes auszuschließen. Bei der Spiroergometrie läßt sich außerdem eine individuelle Trainingsanleitung erstellen, welche den Einstieg in den Ausdauersport erleichtert. Der Zugewinn an körperlichem Wohlbefinden und an Entspannung stellt eine wesentliche Ergänzung zu den übrigen naturheilkundlichen oder Akupunkturbehandlungsmethoden der Migräne dar. Vielen fällt der Wiedereinstieg in die sportliche Aktivität auch wegen dadurch ausgelöster Migräne-Attacken schwer. Dieses Problem läßt sich durch eine langfristig orientierte Trainingsplanung lösen.

Ernährungsberatung

Wenn es auch keine spezifische Migräne-Diät gibt, hat sich eine kritische Überprüfung der Ernährungsgewohnheiten im Rahmen einer Ernährungsberatung bewährt. Dabei geht es auch um die Eßgewohnheiten, nicht nur die Zusammenstellung der Nahrung.

Hefepilz-Sanierung

Überdurchschnittlich häufig finden sich bei Migränepatienten Hefepilzbelastungen im Magen-Darm-Trakt durch Überwucherung mit Candida. Die Sanierung trägt zur Milieustabilisierung im Darm bei. Dies wirkt sich indirekt stabilisierend auf die Migräne-Erkrankung aus.