

# FORSCHUNG pharma Kopfschmerzen



## Gute Beratung in der Apotheke kann den Therapieerfolg von Analgetika steigern und damit dem Nocebo-Effekt vorbeugen.

**Hintergrund** – Wenn Kunden fürchten, sich durch die Einnahme eines Medikaments zu schädigen oder wenn sie die Häufigkeit von Nebenwirkungen falsch einschätzen, kann dies zur selbsterfüllenden Prophezeiung werden. Kopfschmerzen entstehen meist in Situationen, in denen Menschen durch beruflichen Stress, Lärm oder auch private Spannungen überfordert sind. Sie können dies alles in der akuten Situation nicht mehr verarbeiten. Der Ärger darüber wird jedoch nicht ausgelebt. Auch grundsätzliche Lebensprobleme werden meist nicht angegangen, denn viele Menschen sind zu sehr in ihren Lebensverhältnissen verstrickt. Die Probleme können jedoch verdinglicht werden. „Sie werden in behandelbare und damit lösbare Kopfschmerzen verwandelt“, erläutert der Psychologe Stephan Grünewald bei einer Pressekonferenz am Rande der Dreiländertagung „Neues aus der Kopfschmerz-forschung“. Die Kopfschmerzen erlauben einerseits einen

vorübergehenden Rückzug aus den überlastenden Verhältnissen, andererseits eröffnet der Schmerz einen Angriffspunkt. Man kann mithilfe einer Tablette dagegen ankämpfen. Dies gibt den Betroffenen das Gefühl, etwas für sich zu tun und wenn schon nicht das eigentliche Problem, dann doch wenigstens den Schmerz zu besiegen. Allerdings wissen die Menschen gleichzeitig, dass ihre Schwierigkeiten nicht wirklich gelöst sind und entwickeln ein schlechtes Gewissen. „Sie fürchten die Rache der unge lösten Probleme“, erklärt Grünewald weiter. Das Verhältnis zur Tablette ist dadurch ambivalent. Zum einen ist die Kopfschmerztablette der Retter in der Not und genießt eine hohe Wertschätzung, zum anderen zeigt man durch die Tablette, dass man die Herausforderung nicht aus eigener Kraft bewältigen kann, sondern auf fremde Hilfe angewiesen ist. Um die Souveränität wiederzugewinnen, wird die Tablette schlecht gemacht. Sie wird als unwirksam und schädlich diskreditiert, der Therapieerfolg wird angezweifelt, Nebenwirkungen stehen im Vordergrund. Dies führt dann tatsächlich zu einer verminderten Wirkung und zu einem vermehrten Auftreten von Nebenwirkungen. Solche Nocebo-Effekte können vermieden werden, wenn Kunden in der Apotheke gut aufgeklärt und beraten werden. Dann können Kopfschmerzpatienten durch die realistische Erwartung auf Besserung den Behandlungserfolg steigern. Für PTA und Apotheker ist dabei wichtig, ein Analgetikum zur Hand zu haben, das wirksam, sicher und verträglich ist. Eine Behandlungsoption, die diese Kriterien nachweislich erfüllt und von den Deutschen, Österreichischen und Schweizerischen Kopfschmerzgesellschaften als Mittel der ersten Wahl bei Kopfschmerzen und Migräne empfohlen wird, ist die Kombination von ASS, Paracetamol und Koffein. ■

## QUELLE

Pressekonferenz „Schmerzmanagement zwischen universellen Mechanismen und individuellem Empfinden“. 31.3. bis 1.4.2012 in Pontresina. Veranstalter: Boehringer Ingelheim