Medieninformation

Sächsisches Staatsministerium für Soziales, Gesundheit und Gesellschaftlichen Zusammenhalt

Ihr Ansprechpartner
Juliane Morgenroth

Durchwahl
Telefon +49 351 564 55055
Telefax +49 351 564 55060

presse@sms.sachsen.de*

04.09.2013

Gesundheitsministerin Christine Clauß: „Symptome nicht verdrängen!“

Deutscher Kopfschmerztag am 5. September 2013

Kopfschmerzen zählen ebenso wie Rückenschmerzen zu den am häufigsten auftretenden gesundheitlichen Beeinträchtigungen der Menschen unserer Zeit und gehören für Viele zum Alltag.

„Leider wird von den Betroffenen zu wenig beachtet, dass Kopfschmerzen oft durch eine ungesunde Lebensweise wie einen unregelmäßigen Tagesrhythmus, Schlaf-, Bewegungs- und Frischluftmangel, Reizüberflutung, Stress, Alkohol- und Nikotinkonsum hervorgerufen werden. Auch psychische Belastungsfaktoren wie Leistungs- und Termindruck, familiäre Konflikte oder schulische Probleme, Ängste oder Überforderung können hierbei eine Rolle spielen und werden als mögliche Ursachen meist unterschätzt. Die Symptome dürfen nicht verdrängt werden. Stattdessen sollte man sich Zeiten zum Ausruhen und Abschalten gönnen. Jeder benötigt auch unverplante Freizeit. Ein regelmäßiger Spaziergang an frischer Luft oder eine Runde auf dem Rad können hier hilfreicher als der schnelle Griff zur Tablette sein. Auch ein ve-rantwortungsvoller Umgang mit Selbstmedikation ist bei Schmerzen wichtig. Dennoch: Bei wiederkehrenden Beschwerden ist ärztlicher Rat einzuholen,“ betonte Gesundheitsministerin Christine Clauß anlässlich des Deutschen Kopfschmerztages.

Ärzte, Schmerzforscher und Selbsthilfegruppen haben den Kopfschmerztag ins Leben gerufen, um auf die damit verbundenen körperlichen und seelischen Belastungen der Betroffenen aufmerksam zu machen. Er dient der Information über Kopfschmerzarten und Migräne sowie der Aufklärung über Therapien.

Täglich leiden 5 Prozent der Deutschen darunter, etwa 70 Prozent klagen über wiederkehrende oder anfallsweise Kopfschmerzen. Zudem hat ein Drittel der Bevölkerung gelegentlich Spannungskopfschmerzen.

Hausanschrift:
Sächsisches Staatsministerium für Soziales, Gesundheit und Gesellschaftlichen Zusammenhalt
Albertstraße 10
01097 Dresden

www.sms.sachsen.de

Zu erreichen mit den Straßenbahnlinien 3, 7, 8 Haltestelle Carolaplatz.

* Kein Zugang für verschlüsselte elektronische Dokumente. Zugang für qualifiziert elektronisch signierte Dokumente nur unter den auf www.lsf.sachsen.de/eSignatur.html vermerkten Voraussetzungen.

Aktuelle Studienergebnisse zeigen, dass mehr als ein Drittel aller Jugendlichen unter wiederkehrenden Kopfschmerzen leidet, davon sind Mädchen wesentlich häufiger betroffen als Jungen. Experten beobachten seit einigen Jahren diese deutliche Zunahme bei Kindern und Jugendlichen.