

Schnelle und einfache Hilfe

## Akupressur bei migränebedingter Übelkeit

Kopfschmerzen gehören bei Frauen zu den fünf und bei beiden Geschlechtern zu den zehn Erkrankungen mit der stärksten funktionellen Behinderung weltweit<sup>1</sup>. Die Migräne ist die häufigste neurologische Erkrankung und verursacht in Europa nach Demenzerkrankungen die höchsten Kosten unter den neurologischen Erkrankungen.

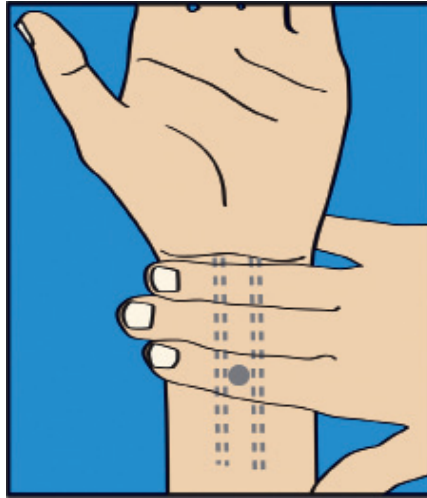
Die jährlichen direkten Kosten, wie die für ambulante und stationäre Behandlung, die Kosten für Medikamente und für den Kopfschmerzmittelübergebrauch in Deutschland bezifferte eine Untersuchung von Neubauer et al. im Jahr 2002 auf 478 Millionen Euro. Die indirekten Kosten durch Leistungseinschränkung am Arbeitsplatz und Arbeitsunfähigkeitstage sind mit 6,23 Milliarden Euro jedoch sogar dreizehnmal höher<sup>2</sup>.

### Übelkeit und Kopfschmerzen

Migräne ist viel mehr als nur Kopfschmerz. Übelkeit ist nach Kopfschmerzen eines der am stärksten beeinträchtigenden Symptome



von Migräne und tritt bei circa 80 Prozent der Migräniker auf. Betroffene mit häufiger Übelkeit (mindestens die Hälfte der Zeit) berichten signifikant häufiger über Kopfschmerzen und haben auch eine signifikant größere funktionelle Beeinträchtigung.



**Abb. 1**

Übelkeit und Erbrechen können auch die Wirkung der Kopfschmerzmittel verzögern oder sogar verhindern<sup>3</sup>. Betroffene mit häufiger Übelkeit berichteten laut der American Migraine Prevalence and Prevention (AMPP)-Studie über signifikant größere Unzufriedenheit mit der medikamentösen Therapie, über mehr Nebenwirkungen und die ambulanten Therapiekosten für diese Patienten waren zweimal, die stationären achtmal so hoch im Vergleich zu denen von Betroffenen mit seltener Übelkeit<sup>4</sup>.

Daher ist die Therapie der Übelkeit ein wichtiger Baustein in der Migränetherapie. SEA-BAND Akupressurband basiert auf dem Prinzip der traditionellen chinesischen Medizin (TCM). Dabei wird Druck auf verschiedene Akupunkturpunkte des Körpers ausgeübt, die auf sogenannten Energiebahnen, die im Körper umlaufen, liegen. Der Akupressurpunkt Perikard 6 liegt an der Innenseite des Unterarms zwischen den beiden mittleren Beugesehnen, drei Querfinger vom Handgelenk Richtung Ellenbogen (s. Abbildung 1).

### SEA-BAND auf Perikard-6-Punkt

Im Folgenden wird eine Untersuchung vorgestellt, die die Wirksamkeit des Perikard-6-Akupressurpunktes bei migränebeding-

ter Übelkeit überprüfte. An der Anwenderstudie nahmen 39 Frauen und zwei Männer teil, die durchschnittlich seit 26 Jahren und in den letzten drei Monaten an durchschnittlich 33,1 Tagen an Migräne litten. Die durchschnittliche Stärke der Migräne war 7,1 auf einer Zehner-Skala (0=kein Kopfschmerz, 10=extremster Kopfschmerz).

Die Probanden wurden gebeten, bei der nächsten Migräneattacke auf die Anwendung eines Antiemetikums zu verzichten und stattdessen das Akupressurband einzusetzen. 34 PatientInnen gaben nach Einsatz des Akupressurbandes eine Linderung der Übelkeit an. Die durchschnittliche Stärke der Übelkeit ging nach Anwendung des Akupressurbandes von 6,2 (0=keine Übelkeit, 10=stärkste Übelkeit) auf 2,9 zurück. Die Verbesserung der Übelkeit trat durchschnittlich nach 28,7 Minuten auf. Vierzig Patienten würden das Akupressurband erneut einsetzen. Der Vorteil: Das SEA-BAND Akupressurband wirkt schnell, ist einfach zu gebrauchen ist und hat keine Nebenwirkungen. Die Ergebnisse wurden auf dem letzten Kongress der Internationalen Kopfschmerzgesellschaft Ende Juni 2013 in Boston präsentiert. Der Abstract wurde im Cephalgia Volume 33, Number 8 (Supplement) June 2013 veröffentlicht.

1 Stovner LJ; Hagen K; Jensen R; Katsarava Z; Lipton RB; Scher AI; Steiner TJ; Zwart J-A. The global burden of headache: a documentation of headache prevalence and disability worldwide. Cephalgia, 2007;27:193-210.

2 Neubauer G; Ujlaky R. Migräne- eine Volkskrankheit und die wirtschaftlichen Folgen. Pharmazie in unserer Zeit; 2002;5:494-497.

3 Lipton RB; Buse DC; Sifers J; Fanning KM; Serrano D; Reed ML. Frequency and burden of headache-related nausea: results from the American Migraine Prevalence and Prevention (AMPP) study. Headache 2013 Jan; 53(1):93-103.

4 Lipton RB; Reed ML; Fanning KM; Buse DC. Frequent Nausea in Episodic Migraine is Common and Associated with Increased Burden: Results from the American Migraine Prevalence and Prevention (AMPP) Study. Neurology April 25,2012;78.



**Dr. Zoltan Medgyessy**  
Facharzt für Physikalische und Rehabilitative Medizin, Akupunktur, Chirotherapie, Rehabilitationswesen, Sozialmedizin, Psychotherapie. Leitender Oberarzt, Berolina Klinik, Löhne.