18/2020 - Der Kopf braucht Nahrung

Der Kopf braucht Nahrung

Der Stoffwechsel von Migränebetroffenen bietet ein komplexes Puzzlebild mit vielen Lücken – entsprechend gibt es noch vieles zu der Frage zu entdecken, wie der Stoffwechsel bestmöglich unterstützt werden kann, um eventuell Migräneattacken vorzubeugen.

Zwei europäische Kopfschmerzexperten fassten nun den Wissensstand zu metabolischen Behandlungen, die also den Stoffwechsel bei Migräne beeinflussen, zusammen. Sie zogen das Fazit, dass diese Ansätze eine effektive, verträgliche und vergleichsweise günstige Möglichkeit zur Migräneprophylaxe bieten könnten, aber mehr qualitativ hochwertige Forschung notwendig ist.

Hier die Beiträge der letzten Woche:

- Review zu komplementären Prophylaxen: Der Blick auf den Stoffwechsel zeigt mehr als nur Magnesium

DeutschesGesundheitsPortal

Alle Rechte: © DeutschesGesundheitsPortal | HealthCom | www.deutschesgesundheitsportal.de

MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

Meine Fragen

Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am _____:

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“

Alle Rechte © DeutschesGesundheitsPortal.de/HealthCom