

Medizinische Begleitung bei Migräne: Nicht weniger Kopfschmerzen durch gute Unterstützung, aber Förderung von Selbständigkeit und Lebensqualität

Datum: 06.07.2021

Original Titel:

A Nursing Intervention Increases Quality of Life and Self-Efficacy in Migraine: A 1-Year Prospective Controlled Trial.

DGP - Im Vergleich von Migränepatienten mit aktiver medizinischer und beratender Unterstützung zwischen den Nachsorgeterminen mit Patienten, die keine solche Pflegebegleitung erhielten, zeigte sich, dass einerseits die Kopfschmerzbelastung bei medikamentös gut behandelten Patienten nicht wesentlich durch eine medizinische Pflegebegleitung im Alltag beeinflusst wird. Jedoch verbesserte eine solche [Intervention](#) den Einfluss der Migräne auf die Lebensqualität der Patienten und messbar auch die Fähigkeit zur Eigensorge. Ein gezieltes Patientenprogramm zur Förderung und Betreuung des eigenständigen Gesundheitsmanagements scheint demnach eine gute Idee zu sein.

Bei vielen chronischen Erkrankungen zeigt sich, dass die Patientenbehandlung besser verläuft, wenn eine regelmäßige Betreuung oder ein medizinischer Ansprechpartner angeboten werden. Medizinisch geschulte Patientenbetreuer könnten auch für Migränepatienten eine Unterstützung bei Krankheitsfragen im Alltag bieten und so womöglich effektiver kurzfristig auf die Behandlungstreue und -wirksamkeit einwirken als der langgeplante Facharztbesuch. Dr. Leroux, Neurologin an der Universität von Calgary in Canada und Vizepräsidentin der kanadischen Kopfschmerzgesellschaft und ihre Kollegen führten dazu eine [klinische Studie](#) durch. Ziel der Studie war es, den Effekt eines kombinierten Ansatzes von Pflege und medizinischer Behandlung im Vergleich zu reinen Nachsorgeterminen zu untersuchen. Dabei lag der Fokus der Untersuchung auf Schweregrad und Häufigkeit der Kopfschmerzen, Lebensqualität der Migränepatienten und der Selbständigkeit im alltäglichen Krankheitsmanagement.

Leben mit chronischen Erkrankungen wie Migräne: eine Managementaufgabe

Dazu wurden neu zum Kopfschmerzzentrum wegen Migräne zugewiesene Patienten beobachtet. Die [Kontrollgruppe](#) wurde durch einen Arzt untersucht, die aktive Behandlungsgruppe dagegen von einer Pflegerin mit personalisierter [Intervention](#) begleitet. Dabei wurden die Patienten auch bei der Anpassung des Lebensstils an die Bedürfnisse bei der Erkrankung unterstützt.

200 Patienten (176 Frauen, 24 Männer) im Alter von durchschnittlich 40 Jahren nahmen an der Untersuchung teil. 162 der Patienten führten die Studie bis zum Ende durch. Sowohl die medizinpflegerisch begleiteten Patienten als auch die reinen Nachsorgepatienten führten für die Dauer von 12 Monaten ein tägliches Kopfschmerztagebuch.

Kann regelmäßige Betreuung durch einen medizinischen Ansprechpartner das

selbständige Gesundheitsmanagement bei Migräne verbessern?

Die Gruppen unterschieden sich nicht in der Häufigkeit der Kopfschmerztag. Ebenso zeigten sich keine Unterschiede in der Zahl von Patienten, die sich von einer chronischen Migräne zu rein episodischen Migräneanfällen verbesserten. Die pflegerische Begleitung hatte auch keinen messbaren Einfluss auf die Medikamentenüberbenutzung. Interessanterweise fanden die Patienten der [Kontrollgruppe](#) häufiger eine erfolgreiche Vorbeugung für ihre Migräneattacken als die begleiteten Patienten (56 % versus 28 %). Trotzdem reduzierte sich die alltägliche Belastung durch die Erkrankung (*headache impact test*, [HIT-6](#)) im HIT-Wert der aktiven Gruppe in Monat 8 um 5 Punkte im Vergleich zu einer Reduktion um 2 Punkte in der Kontrollgruppe (klinisch signifikante Differenz von 3 Punkten). Die Bewertung des Patientenerfolgs beim selbständigen Kopfschmerzmanagement mittels des HMSE-Fragebogens (*headache management self-efficacy scale*) erhöhte sich um 14 Punkte in der aktiven Gruppe im Vergleich zu knapp 5 Punkten in der Kontrollgruppe.

Nicht weniger Kopfschmerzen durch gute Unterstützung, aber Förderung von Selbständigkeit und Lebensqualität

Diese Studie zeigte damit, dass einerseits die Kopfschmerzbelastung bei medikamentös gut behandelten Patienten nicht wesentlich durch eine medizinische Pflegebegleitung im Alltag beeinflusst wird. Jedoch verbesserte eine solche Intervention den Einfluss der Migräne auf die Lebensqualität der Patienten und messbar auch die Fähigkeit zur Eigensorge. Solche Effekte könnten hierzulande eventuell auch mit ergotherapeutischen Maßnahmen erreicht werden. Grundsätzlich scheint es auf jeden Fall eine gute Idee zu sein, Migränepatienten eine aktive Unterstützung auch zwischen den Nachsorgeterminen anzubieten.

Referenzen:

Leroux E, Beaudet L, Boudreau G, Eghtesadi M, Marchand L, Pim H, Chagnon M. A Nursing Intervention Increases Quality of Life and Self-Efficacy in Migraine: A 1-Year Prospective Controlled Trial. *Headache*. 2017 Sep 15. doi: 10.1111/head.13178.

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“