

Thema der Woche: Entzündliche Prozesse und oxidativer Stress

Entzündliche Prozesse und oxidativer Stress

Oxidativer Stress: damit werden freie Radikale bezeichnet, die sich schnell mit anderen Substanzen verbinden können, und so störend in verschiedene Prozesse in den Körperzellen eingreifen. Die freien Radikale fallen besonders im Zuge der Energiebereitstellung für unsere Zellen in den Mitochondrien an. Arbeitet der Kopf bei einer Migräne geradezu auf explosiven Hochtouren, ist der Energieverbrauch enorm. Kein Wunder also, dass dann auch mehr oxidativer Stress aufgebaut wird, der schließlich zu Störungen in den Zellen und entzündlichen Reaktionen führen könnte. Dies fanden nun auch Wissenschaftler in ihren Studien heraus: Je mehr Tage Patienten an Kopfschmerz litten, desto mehr oxidativer Stress war messbar. Damit konnten Patienten mit chronischer und episodischer Migräne sogar unterschieden werden. Kopfschmerzpatienten ganz allgemein zeigten auch Hinweise auf entzündliche Prozesse, fand eine weitere Studie. Der Körper bei Migräne benötigt demnach unter anderem antioxidative Unterstützung.

Hier die Beiträge der letzten Woche:

- [Entzündungsmarker im Speichel machen Kopfschmerzpatienten erkennbar](#)
- [Chronische und episodische Migräne: Mehr Tage mit Kopfschmerz, mehr Anzeichen für oxidativen Stress](#)

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“