

## Thema der Woche: Intensive Aromen

### **Intensive Aromen**

Gerüche sind bei der Migräne ein wichtiges Thema. Während einer Attacke, häufig auch als Prodrom, können manche Gerüche unerträglich werden. So ausgeprägt kann dies sein, dass mancher Geruch auch als Migränetrigger wahrgenommen wird. Diese Osmophobie genannte Geruchsüberempfindlichkeit ist aber aus der neuesten Auflage der internationalen Kriterien der Migränediagnostik verschwunden, wunderten sich Forscher nun und untersuchten deshalb, ob dieses [Symptom](#) bei der Diagnose von Kopfschmerzen vielleicht doch relevant sein könnte. Manche intensive Aromen können aber auch bei der Migräne helfen. Manchen Betroffenen helfen frische Kaffeebohnen in der Nähe, die mit ihrem Duft Geruchstrigger übertönen. Andere schwören auf intensiven Ingwer als Hilfe gegen Übelkeit und zur Linderung der Schmerzen. Zumindest Ingwer war zudem als mögliche [Prophylaxe](#) der Migräne im Gespräch. Brasilianische Neurologen untersuchten diese Idee nun genauer.

Hier die Beiträge der letzten Woche:

- [Geruchsüberempfindlichkeit Osmophobie ist typisch für Migräne](#)
- [Ingwer: pflanzlicher Kandidat für die Migräneprophylaxe?](#)

# 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“