

## Vorbereitung auf das Arztgespräch

Das Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt bildet die Grundlage der Diagnose und Behandlung Ihrer Kopfschmerzen. Um für Sie die bestmögliche Therapie zu finden, ist Ihre Ärztin/Ihr Arzt auf Ihre Hilfe angewiesen. Deshalb ist es wichtig, dass Sie sich vor Ihrem Arztbesuch in Ruhe Gedanken über Ihre Kopfschmerzen machen. So können Sie Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt Ihre Beschwerden genau schildern und zur Diagnose beitragen.

### Das sind die Fragen, die Ihnen Ihre Ärztin/Ihr Arzt stellen kann:



#### Lage und Gefühl

Die genaue Lagebeschreibung ermöglicht eine bessere Einordnung Ihrer Kopfschmerzen. Eine gute Beschreibung des Schmerzgefühls kann Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt weiterhelfen, die richtige Kopfschmerz-Diagnose zu stellen.

- Treten Ihre Kopfschmerzen halbseitig, beidseitig oder punktuell auf?
- Wie würden Sie Ihre Kopfschmerzen beschreiben?
  - pochend-pulsierend
  - dumpf-drückend
  - stechend

#### Dauer und Häufigkeit

Dauer und Häufigkeit können Auskunft darüber geben, um welche Art von Kopfschmerzen es sich bei Ihnen handeln könnte.

- Wie lange dauert eine Kopfschmerz-Episode?
- Wie häufig treten Ihre Kopfschmerzen auf?

#### Stärke

Hinweise auf die Stärke sind wichtig für die Einschätzung der Ausgangssituation und zur realistischen Therapieprognose. Die Dosierung der Medikamente wird abhängig von der Schmerzstärke zur jeweiligen Tageszeit angepasst.

- Wie stark sind Ihre Kopfschmerzen auf einer Skala von null bis zehn?
- Wie verändert sich die Stärke Ihrer Schmerzen im Tagesverlauf?

#### Begleitsymptome und Trigger

Je nach Art des Kopfschmerzes gibt es typische Begleitsymptome. Diese Begleiterscheinungen können Auskunft darüber geben, an welcher Kopfschmerzart Sie leiden. Darüber hinaus, kann Sie Ihre Ärztin/Ihr Arzt auch über auslösende Faktoren befragen, um Ihre Kopfschmerzen besser einordnen zu können.

- Welche Begleitsymptome treten bei Ihnen auf?
  - Übelkeit und Erbrechen
  - Licht- und Lärmempfindlichkeit
  - gerötete Augen und verstopfte Nase
- Welche Trigger-Faktoren lösen Ihre Kopfschmerzen aus?