

Kopfschmerz bei Kindern

Kindliche Kopfschmerzen

Kopfschmerzen sind auch im Kindesalter nicht selten, insbesondere wenn eine familiäre Belastung mit Kopfschmerzen besteht. Auch bei Kindern lassen primäre Kopfschmerzen (der Kopfschmerz ist die eigentliche Erkrankung) von sekundären Kopfschmerzen (Kopfschmerzen als Folge einer anderen Erkrankung) unterscheiden. Am häufigsten sind auch im Kindesalter primäre Kopfschmerzen. Hierunter fallen die Migräne und der Kopfschmerz vom Spannungstyp, alle anderen primären Kopfschmerzen im Kindesalter sind sehr selten.

Migräne

Migräne ist im Kindesalter auf Jungen und Mädchen etwa gleichhäufig verteilt. Ab der Pubertät überwiegen die Mädchen deutlich in der Häufigkeit. Insbesondere bei jüngeren Kindern kann es gelegentlich schwer fallen, die Kopfschmerzen der Migräne von anderen Kopfschmerzarten zu unterscheiden. Hier ist geduldiges Zuhören und ggf. das Malen eines Bildes, in dem das Kind darstellt wie es seine Kopfschmerzen erlebt sinnvoll. Der Migränekopfschmerz ist häufig pulsierend, kann aber auch dumpf-drückend sein. Im Erwachsenenalter wird er ganz überwiegend als einseitig angegeben, bei Kindern häufig auch als beidseitig auftretend beschrieben. Migräneattacken dauern bei Kindern häufig sehr viel kürzer an als bei Erwachsenen, so dass auch eine Kopfschmerzattacke die nur ein bis zwei Stunden dauert bereits als Migräneattacke bewertet werden kann. Auffällig sind bei Kindern im Migräneanfall häufig eine sehr blasse Gesichtsfarbe, gelegentlich dunkle Ringe unter den Augen und ein ausgeprägtes Rückzugsbedürfnis. Die Kinder suchen Ruhe und haben das Bedürfnis einige Stunden zu schlafen, danach fühlen sie sich häufig wieder wohl. Übelkeit, auch Erbrechen, Licht- und Geräuschempfindlichkeit können auftreten, sind aber häufig weniger ausgeprägt als im Erwachsenenalter. Einem Teil der Kopfschmerzattacken kann eine Aura vorausgehen. Bei der Aura handelt es sich um neurologische Symptome, die meist das Sehen betreffen, beschrieben wird ein Flimmern vor Augen oder eine dunkle Einengung des Gesichtsfeldes. Diese Symptome treten in aller Regel vor den Kopfschmerzen auf oder gehen in die Kopfschmerzen über und dauern eine $\frac{1}{4}$ Stunde, gelegentlich auch länger an. Zusätzlich unterschieden werden noch spezielle kindliche Migräneprevorläufersyndrome, die mit zum Teil eigentümlichen Wahrnehmungen wie Verzerrungen bei Sehen der Umwelt (alles sieht zu groß oder klein aus) einhergehen, sowie das wiederholte Auftreten von Bauchschmerzen, für die sich keine andere Ursache findet. Auch bei Kindern kann es durchaus zu Kopfschmerzattacken kommen die länger als einen Tag andauern. Die Schmerzintensität der Migräne wird in aller Regel als mittelschwer bis schwer angegeben.

Kopfschmerz vom Spannungstyp

Der Kopfschmerz vom Spannungstyp ist meist von leichterer Intensität als der Migränekopfschmerz und wird meist als drückend beschrieben. Begleitsymptome wie Übelkeit, Licht- und Lärmempfindlichkeit treten typischerweise nicht auf. In der Häufigkeit dieser Kopfschmerzen werden verschiedene Formen unterschieden.

Kopfschmerz bei Kindern

Clusterkopfschmerz und andere Kopfschmerzen

Der Clusterkopfschmerz und die Trigeminusneuralgie sind bei Kindern selten. Das Krankheitsbild entspricht den Schmerzen eines Erwachsenen. Hierzu können Sie, sollte Ihr Kind betroffen sein, nähere Informationen vom Arzt erhalten.

Diagnostik kindlicher Kopfschmerzformen

Zur Diagnose kindlicher Kopfschmerzen führt der behandelnde Arzt ein ausführliches Gespräch mit Ihnen und Ihrem Kind. Die Verdachtsdiagnose lässt sich aus der Beschreibung der Kopfschmerzen und dem Verhalten während der Kopfschmerzattacken stellen. Zur Therapieplanung ist die Aufzeichnung der Kopfschmerzhäufigkeit sehr hilfreich, hierzu können Sie ein kindgerechtes Kopfschmerztagebuch von uns erhalten. Die Attackentherapie akuter Kopfschmerzen kann dann mit Paracetamol oder Ibuprofen erfolgen, die Dosierung wird dem Körpergewicht Ihres Kindes angepasst. Unter Umständen werden zusätzlich Medikamente gegen Übelkeit verabreicht. Sollten die Schmerzmittel nicht ausreichen, kann in notwendigen Fällen auch ein spezielles Migränemittel (Triptan) verordnet werden. Bei sehr häufigen Kopfschmerzen muss auch über eine vorbeugende Behandlung nachgedacht werden. An erster Stelle stehen im Kindesalter verhaltensmedizinische Empfehlungen wie das Einhalten regelmäßiger Pausen, regelmäßiger Mahlzeiten, ausreichendes Trinken, körperliche Freizeitaktivitäten und das Erlernen eines kindgerechten Entspannungsverfahrens. Hierzu werden Sie Informationen zu Kursangeboten in der Nähe Ihres Wohnortes, sofern sie uns bekannt sind, als auch zu CDs zu Entspannungstraining für Kinder erhalten.

In einigen Fällen ist bei Kindern mit Kopfschmerz auch eine psychologische oder kinder- und jugendpsychiatrische Untersuchung sinnvoll, um schwerwiegende psychische Störungen, die zu Kopfschmerzhäufung führen können, einordnen zu können. Häufig führt eine Zunahme von Belastungssituationen und Stress in Schule oder Familie zu Zunahme der Kopfschmerzhäufigkeit. In einigen Fällen sind auch gezielt weitere Untersuchungen zur diagnostischen Einordnung der Kopfschmerzen oder sehr selten ein Krankenhausaufenthalt zur Behandlung erforderlich. Hier werden wir Ihnen geeignete Kliniken benennen, in den Ihr Kind „gut aufgehoben ist“.

Für Eltern mit Kopfschmerzkindern empfehlen wir folgendes Buch:

Prof. Dr. Kropp, Dr. Ebinger, Prof. Dr. Dr. Evers
„Wenn Kindern der Kopf wehtut“. Rat und Hilfe bei Kopfschmerzen und Migräne
Urania Verlag, €12,95.

Wir informieren Sie gerne gerne auch zu wissenschaftlichen Projekten zum kindlichen Kopfschmerz.