BEFREIT Maria Brunner weiß jetzt, wie sie die Migräne-Attacken verhindern kann

Der Albtraum Migräne hat ein Ende

Maria Brunner, 52, litt 30 Jahre lang unter heftigen Migräne-Anfällen. Eine natürliche Behandlung durch einen Heilpraktiker nahm ihr den Schmerz im Kopf

VON INA HEUER

Sie strahlt, sie fühlt sich wohl. Maria Brunner, 52, aus Bayern, hat ihre Migräne-Attacken endlich im Griff! Seit ihrer Teenagerzeit litt sie unter diesem schrecklichen Pochen im Kopf. „Doch jetzt habe ich eine Therapie gefunden, die mir wieder Lebensqualität schenkt", sagt sie.

Diese Therapie wird von Heilpraktiker Peter Lutz in Garmisch-Patenkirchen praktiziert und basiert auf vier Säulen: 1. Akupunktur, 2. Lockerung der Muskeln, 3. Chiropraktik und 4. Injektionen mit Kochsalz.

„Vorbei sind die Tage, an denen die Migräne meinen Alltag lahmlegte", sagt Maria Brunner. Fast jede Woche hatte sie eine Attacke. Dann wurde ihr übel, Licht und Lärm verursachten ihr Schmerzen. Dunkelheit half, also legte sie sich stundenlang bei zugezogenen Gardinen ins Schlafzimmer. Zwei Tage konnte die Beamtin manchmal nicht zur Arbeit gehen. Und dann waren da ja auch noch ihre drei Kinder und der Haushalt. Maria schluckte starke Schmerzmittel, damit sie halbwegs „funktionieren" konnte. Doch sollte das immer so weitergehen?

Eine Kollegin empfahl ihr den Heilpraktiker Peter Lutz. Dieser setzte ihr schmerzlos Nadeln an Migräne-Akupunkturpunkte am Kopf und lockerte mit Vibrationsmassagen ihre Muskulatur im Schulterbereich. Dann wurden mit gezielten Griffen, der sogenannten Chiropraktik, Blockaden an der Halswirbelsäule gelöst. „Zum Schluss bekam ich Kochsalzinjektionen entlang der Hals- und Lendenwirbelsäule." Diese regen die Durchblutung an.

Nach zwölf Sitzungen war Maria beschwerdefrei. Heute geht sie nur noch zwei- bis dreimal im Jahr zur Auffrischung und achtet darauf, genug zu trinken (Wasser und Kräutertees). Der Kopfschmerz ist weg. „Es ist, als würde ich ein völlig neues Leben führen", sagt Maria Brunner glücklich.

DAS SOLLTEN SIE WISSEN!

Die Kochsalz-Therapie

➥ Diese Anwendung ist für jeden Migränepatienten geeignet. Erste Erfolge stellen sich meist schon nach wenigen Sitzungen ein.

➥ Nebenwirkungen sind nicht bekannt, weil nur natürliche Wirkstoffe verwendet werden.

➥ Entwickelt wurde die Neurotropische Therapie (Kochsalz-Therapie) von Dr. Volker Desnizza, einem Pionier der alternativen Schmerztherapie. Dabei wird hoch verdünnte Kochsalzlösung an die entsprechenden Nerven gespritzt. Das bewirkt eine Normalisierung der Blutzirkulation, die Schmerzen nehmen ab.

➥ Die Kosten Eine Sitzung (inkl. Akupunktur/Chiropraktik) kostet ca. 70 Euro. Man kann über Privatkassen abrechnen (mehr Infos unter: 08821/75 81 70).

AKUPUNKTUR 15 Minuten bleiben die hauchdünnen Nadeln in der Stirn

SANFT UND EFFEKTIV Heilpraktiker Peter Lutz erklärt: „Durch die Vibrationsmassage im Schulterbereich (l.) und die Injektion mit Kochsalz (o.) wird die Durchblutung gefördert und der Stoffwechsel normalisiert."

Eine Frage, Herr Doktor ...

Heute mit Prof. Dr. Johannes Wöhrle, Chefarzt der Neurologie am Katholischen Klinikum Koblenz-Montabaur

Etwa zehn Prozent aller Deutschen leiden an Migräne. Wie wird sie diagnostiziert?
Durch ein ausführliches Arzt-Patient-Gespräch. Der Arzt fragt, wie sich die Kopfschmerzen anfühlen, wo am Kopf und wie oft sie auftreten und was sie auslöst (Stress, bestimmte Nahrungsmittel). Und auch, ob die Attacke von weiteren Symptomen (sog. Aura) wie Seh- und Sprachstörungen oder Taubheitsgefühlen begleitet wird.

Können wir in jedem Alter an Migräne erkranken?
Meist tritt sie bei jungen Erwachsenen auf. Aber auch mit 50plus kann man Migränepatient werden.

Wer ist besonders anfällig?
Migräne wird häufig vererbt. Wer den Verdacht hat, dass die Krankheit in der Familie liegt, sollte mit seinem Arzt sprechen.

Wie verläuft eine Therapie?
Zu Beginn ist es wichtig, dass Patienten ein Kopfschmerz-Tagebuch führen, täglich notieren: Schmerzen ja oder nein? Falls ja, wie stark? Und: Welche Medikamente habe ich genommen, wie haben sie gewirkt? So kann schneller eine Therapie gefunden werden.

„Ich empfehle Patienten, auf einen regelmäßigen Tagesablauf zu achten und vor allem auch ausreichend zu schlafen"

Was hilft bei einer Attacke?
Bei den ersten Anzeichen nimmt man Aspirin (550 bis 100 mg) oder ein anderes Kopfschmerzmittel ein. Migränepatienten wird oft noch ein Wirkstoff verschrieben, der die Magen-Darm-Tätigkeit unterstützt. Die kommt bei Migräne oft zum Erliegen, was auch die Begleitsymptome wie Übelkeit und Erbrechen erklärt.

Können wir durch unseren Lebensstil etwas gegen die Migräne tun?
Ich empfehle, auf Regelmäßigkeit im Tagesablauf zu achten – und vor allem ausreichend zu schlafen. Und sich immer einmal zu fragen: Hatte ich mehr Stress? Habe ich etwas gegessen oder getrunken, was ich hätte vermeiden sollen?