



**Deutsche Schmerzgesellschaft e.V.**  
Sektion der International Association for the Study of Pain (IASP)



Deutsche Migräne- und  
Kopfschmerzgesellschaft

Deutscher Schmerzkongress 2020

Jahrestagung der Deutschen Schmerzgesellschaft e.V. und der Deutschen Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft (DMKG) e.V. vom 21. bis 24. Oktober 2020 in Mannheim und online

## **Migräne per App behandeln? Was die Digitalisierung in der Kopfschmerzmedizin bewirken kann**

**Mannheim, 21. Oktober 2020 – Fast sechs Millionen Menschen leiden in Deutschland an Migräne. Wiederkehrende pulsierende Kopfschmerzen, Übelkeit und Lichtempfindlichkeit beeinträchtigen die Lebensqualität der Betroffenen sehr. „Digitale Angebote wie Kopfschmerz-Apps oder das Kopfschmerzregister der DMKG können die Therapie auf vielfältige Weise unterstützen“, sagen Experten auf der heutigen Online-Presskonferenz zum Deutschen Schmerzkongress 2020. Sie geben Tipps, wie digitale Technik in der Kopfschmerzmedizin sinnvoll und hilfreich eingesetzt werden kann.**

**Der Schmerzkongress findet in diesem Jahr online statt. Veranstalter sind die Deutsche Schmerzgesellschaft e.V. und die Deutsche Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft (DMKG) e.V.**

Gibt man im App-Store das Wort „Kopfschmerz“ ein, so erhält man unzählige Treffer. Doch was ist sinnvoll, was wirklich nützlich? Und welche digitalen Angebote können wirksam in der Migräne-Therapie eingesetzt werden? „Das Führen eines Kopfschmerzkalenders, notwendig für die Überprüfung des Effekts der Behandlung, fällt vielen Kopfschmerzpatienten mit einer App deutlich leichter als mit der Papierversion“, erklärt Dr. med. Ruth Ruscheweyh, zertifizierte DMKG-Kopfschmerzexpertin vom Klinikum der Universität München. Mithilfe eines solchen Kalenders bekommen Arzt und Patient einen Überblick über Schmerztage, Häufigkeit der Schmerzmittelaufnahme, Schmerzstärke und Begleitsymptome und können so beurteilen, ob die Therapie anspricht. Gute Apps ermöglichen das Herunterladen eines übersichtlichen Reports mit einer Zusammenfassung der wesentlichen Daten, der verschickt, ausgedruckt und mit dem Arzt besprochen werden kann.

Aber die kleinen Programme können noch viel mehr: Die Migräne-App der Schmerzambulanz Kiel zum Beispiel setzt zusätzlich auch auf Patientenschulung, warnt vor Medikamentenübergebrauch und berechnet den Zeitpunkt, zu dem der Patient das Migränemittel Triptan einnehmen sollte. M-sense, eine Migräne-App der Newsenselab GmbH, erfasst neben dem Kopfschmerzkalender täglich verschiedene mögliche Auslöser – und kann so nach einer gewissen Zeit Vorhersagen über individuelle Trigger machen.

Ein weiterer Ansatzpunkt in der Digitalisierung der Kopfschmerzmedizin ist das Kopfschmerzregister der DMKG, das im Juni 2020 gestartet ist. „Hier geben Patienten vor ihrer Erstvorstellung beim Arzt und bei jeder Wiedervorstellung wichtige Informationen über ihre Kopfschmerzen in ein webbasiertes Patientenportal ein. So kann der Verlauf der Behandlung optimal verfolgt werden“, erklärt Ruscheweyh. Zusätzlich wird empfohlen, dass der Patient die DMKG-App als Kopfschmerzkalender nutzt. Diese Informationen stehen dem behandelnden Arzt in der Sprechstunde dann übersichtlich zusammengefasst, auch mit Verlaufsgrafiken, im Arztportal zur Verfügung. Erstes Ziel des Kopfschmerzregisters sei es, so die Expertin, die Versorgungsqualität durch Unterstützung der Ärzte bei der Behandlung von Kopfschmerzpatienten zu verbessern. Zusätzlich gehen die eingegebenen Daten in anonymisierter Form auch in eine Datenbank ein, die zur Beantwortung von wissenschaftlichen Fragestellungen – etwa aus der Versorgungsforschung – genutzt werden soll. Zum Beispiel könne man so herausfinden, wie viele Patienten, die eigentlich eine vorbeugende Kopfschmerzbehandlung benötigen, auch tatsächlich eine bekommen.

\*\*\* Bei Veröffentlichung Beleg erbeten. \*\*\*

#### **Kontakt für Journalisten:**

Pressestelle des Deutschen Schmerzkongresses 2020  
der Deutschen Schmerzgesellschaft e.V. & DMKG e.V.  
Friederike Gehlenborg und Katharina Weber  
Postfach 30 11 20, 70451 Stuttgart  
Telefon: 0711 8931-295/-583, Fax: 0711 8931-167  
E-Mail: [gehlenborg@medizinkommunikation.org](mailto:gehlenborg@medizinkommunikation.org)  
[weber@medizinkommunikation.org](mailto:weber@medizinkommunikation.org)  
[schoeffmann@medizinkommunikation.org](mailto:schoeffmann@medizinkommunikation.org)  
<https://schmerzkongress2020.de/>

### **Zur Deutschen Schmerzgesellschaft e.V.:**

Die Deutsche Schmerzgesellschaft e.V. ist mit über 3 600 persönlichen Mitgliedern die größte wissenschaftlich-medizinische Fachgesellschaft im Bereich Schmerz in Europa. Die Deutsche Schmerzgesellschaft e.V. ist Mitglied der IASP (International Association for the Study of Pain) sowie der AWMF (Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften). Sie ist zudem die interdisziplinäre Schmerzdachgesellschaft von derzeit 19 mitgliederstarken weiteren medizinisch-wissenschaftlichen Fachgesellschaften im Bereich Schmerz. Diese Perspektive wird zudem erweitert durch die institutionelle korrespondierende Mitgliedschaft der Vereinigung aktiver Schmerzpatienten SchmerzLOS e.V. in der Deutschen Schmerzgesellschaft e.V.

Die Mitgliedschaft der Deutschen Schmerzgesellschaft e.V. ist interdisziplinär und interprofessionell und besteht aus Schmerzexperten aus Praxis, Klinik, Psychologen, Pflege, Physiotherapie und anderen sowie wissenschaftlich ausgewiesenen Schmerzforschern aus Forschung, Hochschule und Lehre.

### **Zur Deutschen Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft e.V. (DMKG):**

Die Deutsche Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft e.V. (DMKG) ist eine interdisziplinäre wissenschaftliche Fachgesellschaft, die das Wissen über die Genese von Kopf- und Gesichtsschmerzen, deren Prävention und Therapie in Fachkreisen bei Ärzten, Psychologen, Physiotherapeuten, Pharmakologen und Apothekern, aber gerade auch bei Patienten und anderen Interessierten mehr und verbreiten möchte.