Wie 20 Hornissen-Stiche in den Kopf

Von Danica Gröhlich

Der Cluster-Kopfschmerz gehört zu den grauenvollsten Kopfschmerz-Erkrankungen überhaupt. Und dennoch ist die Forschung hilflos.

Unvorstellbare Qualen: Cluster-Kopfschmerzen schlagen ohne Vorwarnung ein. iStock

In der Schweiz leiden etwa 15'000 Menschen an Cluster-Kopfschmerzen und sie gehen durch die Hölle. Denn die Schmerzen sind bei einer Attacke so heftig, dass Cluster-Geplagte ihrem Leben auch schon ein Ende gesetzt haben. Wie sich der «Suizid-Kopfschmerz» anfühlt, wie rasend schnell eine Attacke kommt und wer besonders betroffen ist, erklärt Reto Agosti, Gründer des Kopfwehzentrums Hirslanden in Zürich.

Herr Agosti, wie heftig muss man sich Cluster-Kopfschmerzen vorstellen?
Cluster-Kopfschmerzen, auch Bing-Horton-Syndrom genannt, zählen wir zu den primären, idiopathischen Kopfschmerzen, weil ihnen keine Erkrankung zugrunde liegt. Bis heute wissen wir nicht, woher der Cluster-Kopfschmerz genau kommt. Er tritt spontan auf, er kommt und geht. Und er hat verrückte Eigenschaften. Er ist in der Tat extrem intensiv. Auf einer Schmerz-Skala von 1 bis 10, setzen die Patienten ihn auf eine 20! Es fühle sich an, als würden 20 Hornissen gleichzeitig in eine Hälfte des Kopfes stechen. Und da ist nicht nur der Schmerz, es brennt auch furchtbar. Wenn der Cluster-Kopfschmerz bei der allerersten Attacke rechts «einschlägt», dann bleibt er bei jedem weiteren Mal rechts – und das ein Leben lang. Er ist also immer auf der gleichen Seite. Eine Migräne hingegen wechselt die Kopfseite.

Gibt es weitere «verrückte» Symptome, wie Sie es nennen?
Die Attacken des Cluster-Schmerzes dauern zwischen 15 Minuten und drei Stunden. Irgendwann baut sich ein Druckgefühl um ein Auge auf. Doch Zeit zum Reagieren bleibt nicht: Innerhalb von Sekunden ist der Schmerz da und bereits in seiner maximalen Stärke. Genauso schnell, wie eine der Attacken kommt, geht sie auch weg. Wie ein Schalter, der plötzlich umgelegt wird. Die Schmerz-Anfälle treten periodisch gehäuft auf, mit vier bis sechs Anfällen pro Tag. Im Gegensatz zur Migräne, die nur einmal

Dr. med. Reto Agosti, Neurologe, Chefarzt und Gründer, Kopfwehzentrum Hirslanden Zürich z.V.g.

> **Innerhalb von Sekunden ist der Schmerz da und bereits mit maximaler Stärke.**

kommt und über mehrere Stunden bleibt. Daher spricht man bei dieser Form des Kopfschmerzes von einem «Cluster», Englisch für «Häufung». Der Schmerz wird begleitet von einem roten Auge, das tränt, die Nase fängt an zu laufen, manchmal wird auch der Kopf auf einer Seite rot.

Wann treten diese Qualen auf?
Cluster-Kopfschmerzen sind an die Tageszeit gebunden. Oft kommen sie am späteren Nachmittag oder nachts, meist etwa zwei Stunden nach dem Einschlafen. Sie sind also auch an Schlafphasen gekoppelt. Dieser Schlaf-Wach-Rhythmus scheint im Gehirn gestört zu sein, weshalb wir bei unseren Patienten auch eine Häufung im Frühling und Herbst beobachten. Irgendetwas verändert sich während dieser Jahreszeiten im Körper. Allerdings besteht kein Zusammenhang mit einem Allergie-Kopfweh, das durch Pollen im Frühjahr aufblüht. Im Gegensatz zur Migräne, worunter einige innerhalb einer Familie leiden können, ist der Cluster-Kopfschmerz auch nicht genetisch bedingt.

Wer ist besonders betroffen?
Cluster-Kopfschmerzen gelten als Männerkopfweh. Im Gegensatz zu einer Migräne leiden fünfmal mehr Männer darunter. Die erste Cluster-Attacke kommt im Alter von etwa 25 Jahren. Ob auch die Hormone eine Rolle spielen, ist bislang nicht erwiesen. Einer meiner Patienten war Geschäftsreisender. Zu Spitzenzeiten hatte er sicherlich zehn Attacken am Tag. Inzwischen kennt er in der Ostschweiz jeden Ort, wo er sofort sein Auto parkieren konnte. Bei einem Anfall konnte er sich vor Schmerzen nicht mehr konzentrieren, geschweige denn seinen Wagen steuern. Ein anderer Patient war Sekundarlehrer. Bei jeder Attacke hat er es kaum mehr geschafft, aus dem Klassenzimmer zu rennen. Er hat sich extrem geschämt, weil er jeweils halbseitig einen roten Kopf bekam und eine Gesichtshälfte herunterhing. Er brauchte dann möglichst schnell ein Mittel. Bis dieses wirkte, litt er aber eine halbe Stunde Höllenqualen.

Sind inzwischen Medikamente auf dem Markt, die schneller wirken?
Eine Injektion mit dem Sumatriptan-Pen wirkt innerhalb von fünf Minuten. Mit Hilfe von Sumatriptan wird direkt ins Kopfschmerzsystem eingegriffen. Auch der Zolmitriptan-Nasenspray wirkt ebenfalls anständig schnell. Alles andere wie zum Beispiel Tabletten, die erst über den Magendarm-Trakt in den Körper gelangen, dauert viel zu lange. Allerdings ist die Herstellung der Patronen für die Fertigspritze teuer. Krankenkassen wollen die 20 Franken pro Nachfüllung nicht zahlen. Es gibt deshalb sogar einen Bundesgerichtsentscheid,

> **Auch das Umfeld ist meist völlig überfordert.**

der besagt, dass nur zwei Patronen pro Tag übernommen werden. Ein Albtraum für meine Patienten, die oft fünf Attacken pro Tag erleiden! Wie sollen sie die häufigen Attacken durchstehen? Eine Linderung kann auch Botulinumtoxin verschaffen. Das Nervengift wird in die Müskelchen im Kopf gespritzt. Unter Beobachtung erhalten Cluster-Patienten auch das Narkosemittel Ketamin. Neuer ist ein elektrischer Stimulator, der mit Stromstössen in der oberen Zahnreihe die Nerven stört, die das Schmerzsignal übertragen. Wirkungsvoll ist zudem hochprozentiger Sauerstoff. Die Patienten atmen diesen während der Dauer einer Attacke wie Kampfbomber-Piloten über eine Maske ein. Es wird vermutet, dass hochprozentiger Sauerstoff den Schmerzüberträgerstoff Stickoxid (NO) verdrängt.

Da diese heftige Form des Kopfschmerzes eher selten und deshalb unbekannt ist: Werden Betroffene ernst genommen?
Tatsächlich haben die meisten Betroffenen – trotz Dr. Google – einen unnötig langen Leidensweg hinter sich. Immer noch kennen viele Hausärzte trotz eindeutiger Symptome Cluster-Kopfschmerzen nicht. Rasch wird ein weiteres, noch stärkeres Schmerzmittel verschrieben. Doch das hilft den Betroffenen nicht. Auch das Umfeld ist meist völlig überfordert. So schlimm könne es ja nicht sein. Cluster-Geplagte werden oft als Hysteriker abgestempelt.

Können Cluster-Patienten überhaupt noch arbeiten?
Bedauerlicherweise tut sich unsere Gesellschaft immer noch schwer mit solchen Leiden. Viele gute «Cluster-Köpfe» werden teil- oder sogar voll-invalid. Auch der erwähnte Sek-Lehrer war in seinem Beruf nicht mehr «brauchbar», obwohl er ein wirklich feiner Typ ist. Zum Glück konnte er dann in der Schul-Bibliothek weiterarbeiten. Es braucht viel Kooperation und vor allem Verständnis.

Vor 16 Jahren haben Sie das Kopfwehzentrum Hirslanden gegründet. Belastet es nicht, tagtäglich nur von Schmerzen zu hören?
Nein, denn das Schöne an meinem Beruf als Kopfweh-Spezialist und Neurologe ist es, den Betroffenen wirklich helfen zu können. Das ist total befriedigend.

*Danica Gröhlich ist Redaktorin bei «**gesundheit**heute», der Gesundheitssendung am Samstagabend auf SRF1.*

Histamin als Trigger?
Oft werden Kopfschmerz-Attacken durch sogenannte Trigger (Englisch: Auslöser) hervorgerufen. Stress kann zum Beispiel eine Migräne auslösen. Für Cluster-Kopfschmerzen ist Stress jedoch kein Trigger. Anders sieht es beim Alkohol aus: In einer Cluster-Phase genügt es bereits, wenn der Betroffene den Schaum vom Bier trinkt. Deshalb wird oft Histamin als möglicher Trigger verantwortlich gemacht. Besonders viel Histamin enthalten jene Lebensmittel, bei denen Bakterien in der Verarbeitung oder zur Reifung eine Rolle spielen: Bier, Wein, verarbeitete Wurstwaren oder gereifter Käse. Allerdings wurden histaminhaltige Nahrungsmittel nicht eindeutig als Auslöser identifiziert. Eine Ernährungsumstellung mit erfahrenen Spezialisten kann in Einzelfällen aber helfen.

Anzeige

gesundheitheute
wohldosiert informiert

Wer nicht gut hört wird einsam

Dr. Jeanne Fürst

Die Sendung ermöglichen: Universitätsklinik Balgrist, Interpharma, TopPharm, Institut Straumann, Viollier

Pepe Lienhard - einer der beliebtesten Musiker der Schweiz leidet an Hörverlust. Bei **gesundheit**heute spricht er offen darüber wie schwer es war, sich dies einzugestehen, damit umzugehen und Hilfe zu akzeptieren.
Dr. Jeanne Fürst spricht mit Prof. Marco Caversaccio vom Inselspital Bern und dem Hörakustiker Paul Kahnert über die Ursachen von Hörverlust, wann der richtige Zeitpunkt für ein Hörgerät ist, was diese heutzutage leisten und was die Zukunft verspricht.

Schweizer Fernsehen
Samstag, 20. Oktober 2018, 18.10 Uhr

SRF 1

Wiederholungen:
Sonntag, 21. Okt. 2018, 09.30 Uhr, SRF 1 und 20.30 Uhr, SRF info

Weitere Informationen auf www.gesundheit-heute.ch