

Pressemitteilung

Ergänzung zur Schmerzbehandlung

Beeinflusst Magnesium Migräneanfälle?

Pullach i. Isartal, 31. August 2023 – Laut der Deutschen Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft DMKG e.V. leiden zwischen 10 und 15 % der deutschen Bevölkerung an Migräne.¹ Betroffene probieren vieles aus, um sich neben der Therapie mit klassischen Schmerzmitteln Linderung ihrer Beschwerden zu verschaffen. Kann hochwertiges Magnesium (z. B. Biolectra Magnesium aus der Apotheke) hier unterstützen?

Die Ursachen und die Entstehung von Migräne sind bis heute nicht vollständig geklärt. Inzwischen geht man davon aus, dass mehrere Faktoren eine Rolle spielen. Dazu gehören Veränderungen in der Hirndurchblutung und im Energiestoffwechsel des Gehirns sowie in der Reizweiterleitung zwischen den Nervenzellen. Außerdem wird vermutet, dass die Neigung, eine Migräne zu entwickeln, vererbt werden kann.² Als ein Migräne-auslösender Faktor wird u. a. Stress genannt. Viele Betroffene berichten auch, dass Wetterveränderungen bei ihnen die Entstehung einer Migräne begünstigen. Eindeutig wissenschaftlich belegt sind diese Beobachtungen bisher jedoch nicht.³

Magnesium: wichtiges Mineral im zentralen Nervensystem

Magnesium erfüllt vielfältige Aufgaben im menschlichen Körper. Es spielt im Ablauf von hunderten verschiedenen Stoffwechselprozessen eine bedeutende Rolle. So trägt Magnesium zum Beispiel zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei. Hierbei ist das Mineral vor allem für die Kommunikation der Nervenzellen untereinander und auch für deren Energiestoffwechsel wichtig.²

¹ Deutsche Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft e.V. (DMKG), Migräne, URL https://www.dmkg.de/patienten/antworten-auf-die-wichtigsten-fragen-rund-um-den-kopfschmerz-onlinebroschuere/online_broschuere_migraene, Zugriff am 09.08.2023

² Domitrz I, Cegielska J. Magnesium as an Important Factor in the Pathogenesis and Treatment of Migraine - From Theory to Practice. *Nutrients*. 2022 Mar 5;14(5):1089. doi: 10.3390/nu14051089. PMID: 35268064; PMCID: PMC8912646.

³ Holzhammer J, Wöber C. Nichtalimentäre Triggerfaktoren bei Migräne und Kopfschmerz vom Spannungstyp [Non-alimentary trigger factors of migraine and tension-type headache]. *Schmerz*. 2006 Jun;20(3):226-37. German. doi: 10.1007/s00482-005-0413-z. PMID: 16012816.

Pressekontakt

Tanja Baierl / Mara de Andrade
ISGRO Themenraum GmbH
Tel.: +49 (0) 621 40 17 12-19
Hermes-Presse@isgro.de

HERMES ARZNEIMITTEL GMBH

Georg-Kalb-Straße 5–8
82049 Pullach i. Isartal
www.hermes-arzneimittel.com

Migräne und Magnesium aus wissenschaftlicher Sicht

Seit Jahrzehnten wird Magnesium sowohl in der Vorbeugung als auch in der Behandlung von Migräne untersucht. Daraus haben sich Hinweise auf eine unterstützende Rolle von Magnesium ergeben: So wurde beispielsweise beobachtet, dass eine Infusion mit Magnesium zusätzlich zu einer Migränetherapie zu einem schnelleren Nachlassen der Kopfschmerzen bei Migränepatientinnen und -patienten führte.^{4,5} Aufbauend auf den positiven Ergebnissen wurde untersucht, ob Betroffenen nicht nur mit einer Infusion von Magnesium geholfen werden kann, sondern auch, ob eine regelmäßige orale Einnahme von Magnesium Effekte zeigt. In einer Studie wurde deutlich, dass sich bei einer Zufuhr von 2x 300 mg Magnesium täglich über 16 Wochen nicht nur die Menge an Arzneimitteln, die zur Schmerzbekämpfung eingesetzt werden musste, klar verringerte, sondern auch die Häufigkeit der Migräneattacken um fast die Hälfte abnahm.⁶ Hochwertige Magnesiumpräparate (z. B. Biolectra Magnesium) sind in der Apotheke erhältlich.

Empfehlung von offizieller Stelle

Inzwischen ist bekannt, dass Menschen mit Migräne häufig eine niedrige Magnesiumkonzentration im Blut haben. Dennoch kann man bisher keine Voraussage treffen, welche Patientinnen und Patienten von einer regelmäßigen und langfristigen Magnesiumeinnahme – sei es zur Vorbeugung des Migränekopfschmerzes oder um die Häufigkeit der Migräneattacken zu reduzieren – profitieren. In Deutschland werden in regelmäßigen Abständen Leitlinien für die Diagnose und Behandlung bestimmter Krankheitsbilder erarbeitet, an denen sich Ärztinnen und Ärzte orientieren können. Die im Oktober 2022 erschienene Leitlinie „Therapie der Migräneattacke und Prophylaxe der Migräne“ nennt Magnesium insbesondere für diejenigen Personen als Option, die ihren Arzneimittelkonsum begrenzen möchten und eine gut verträgliche Alternative wünschen.⁷

⁴ Bigal ME, Bordini CA, Tepper SJ, Speciali JG. Intravenous magnesium sulphate in the acute treatment of migraine without aura and migraine with aura. A randomized, double-blind, placebo-controlled study. *Cephalalgia*. 2002 Jun;22(5):345-53. doi: 10.1046/j.1468-2982.2002.00364.x. PMID: 12110110.

⁵ Shahrami A, Assarzadegan F, Hatamabadi HR, Asgarzadeh M, Sarehbandi B, Asgarzadeh S. Comparison of therapeutic effects of magnesium sulfate vs. dexamethasone/metoclopramide on alleviating acute migraine headache. *J Emerg Med*. 2015 Jan;48(1):69-76. doi: 10.1016/j.jemermed.2014.06.055. Epub 2014 Sep 30. PMID: 25278139.

⁶ Peikert A, Wilimzig C, Köhne-Volland R. Prophylaxis of migraine with oral magnesium: results from a prospective, multi-center, placebo-controlled and double-blind randomized study. *Cephalalgia*. 1996 Jun;16(4):257-63. doi: 10.1046/j.1468-2982.1996.1604257.x. PMID: 8792038.

⁷ Deutsche Gesellschaft für Neurologie e.V. (DGN) in Zusammenarbeit mit der Deutschen Migräne und Kopfschmerzgesellschaft e.V. (DMKG), Therapie der Migräneattacke und Prophylaxe der Migräne, vollständig überarbeitet am 18. Oktober 2022, gültig bis 31. Dezember 2026, URL <https://register.awmf.org/de/leitlinien/detail/001-018>, Zugriff am 20.07.2023

Pressekontakt

Tanja Baierl / Mara de Andrade
ISGRO Themenraum GmbH
Tel.: +49 (0) 621 40 17 12-19
Hermes-Presse@isgro.de

HERMES ARZNEIMITTEL GMBH

Georg-Kalb-Straße 5–8
82049 Pullach i. Isartal
www.hermes-arzneimittel.com

Über Biolectra Magnesium

Magnesium ist in der Natur u. a. im Meerwasser oder in Form von Mineralgestein zu finden. Neben Kalium, Natrium und Calcium gehört Magnesium zu den wichtigsten essenziellen Mineralstoffen. Im menschlichen Körper nimmt es lebenswichtige Funktionen ein und ist für unser Wohlbefinden unerlässlich. Biolectra Magnesium gibt es in verschiedenen Dosierungen und Geschmacksrichtungen. Die Marke steht für höchste Qualität aus der Apotheke.

Mehr unter: <https://www.biolectra-magnesium.de/produkte/>

Pressekontakt

Tanja Baierl / Mara de Andrade
ISGRO Themenraum GmbH
Tel.: +49 (0) 621 40 17 12-19
Hermes-Press@isgro.de

Bildmaterial:



Zum Verzweifeln: Migräne ist weitaus mehr als „nur Kopfschmerz“. / Bild: iStock 914768030

Pressekontakt

Tanja Baierl / Mara de Andrade
ISGRO Themenraum GmbH
Tel.: +49 (0) 621 40 17 12-19
Hermes-Press@isgro.de

HERMES ARZNEIMITTEL GMBH

Georg-Kalb-Straße 5–8
82049 Pullach i. Isartal
www.hermes-arzneimittel.com



Eine Migräneattacke kann den Alltag durcheinanderbringen und Pläne zunichtemachen. Studien weisen darauf hin, dass eine Magnesiumzufuhr in bestimmten Fällen die Häufigkeit von Attacken verringern kann. / Bild: iStock 1321004522



Neben starken Kopfschmerzen gehen Migräneattacken häufig mit weiteren Symptomen wie Schwindel, Übelkeit, Lichtempfindlichkeit oder einem eingeschränkten Sichtfeld (Aura) einher. / Bild: iStock 1355075219