

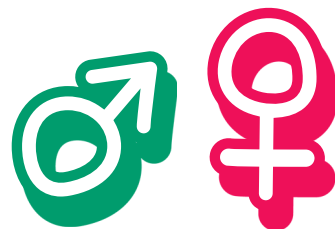
VOLKSKRANKHEIT KOPFSCHMERZEN AUCH BEI KINDERN UND JUGENDLICHEN



60%

der Kinder und Jugendlichen leiden gelegentlich unter Spannungskopfschmerzen, während Migräne bei 10 bis 15 % auftritt.

Spannungskopfschmerzen (auch «Stresskopfschmerzen» genannt) sind damit deutlich häufiger und treten bei dieser Altersgruppe etwa viermal so oft auf wie Migräne. In den allermeisten Fällen deuten Kopfschmerzen nicht auf eine ernsthafte Erkrankung hin. Sie entstehen meist durch eine familiäre Veranlagung (bei Migräne) oder durch «harmlose» Ursachen wie Stress, Schlafmangel, Flüssigkeitsmangel oder fehlende körperliche Aktivität. Dennoch können sie die Lebensqualität erheblich beeinträchtigen, insbesondere bei häufigem Auftreten.



Kopfschmerzen und Migräne treten bei Mädchen nach der Pubertät häufiger auf als bei Jungen, während vor der Pubertät Jungen etwas häufiger betroffen sind. Hormone spielen dabei eine wichtige Rolle, da sie nach der Pubertät bei Mädchen die Häufigkeit von Kopfschmerzen und insbesondere Migräne wesentlich beeinflussen können.



Kopfschmerzen, besonders Migräne, sind eine häufige Ursache für Schulabsenzen bei Kindern und Jugendlichen. Sie beeinträchtigen nicht nur die schulische Teilnahme, sondern oft auch Freizeitaktivitäten.

Wiederkehrende Beschwerden können den Alltag erheblich belasten und die Lebensqualität stark einschränken.

50%

der jugendlichen Mädchen und ein Viertel der befragten Jungen berichten laut einer 2022/2023 durchgeführten Befragung der

2. Sekundarschule in Zürich, mindestens einmal pro Woche Kopfschmerzen zu haben und regelmässig oder gelegentlich Medikamente einzunehmen.

Ein Projekt der Schweizerischen Kopfwehgesellschaft (SKG) im Rahmen des SFCNS Swiss Brain Health Plan.



SFCNS Swiss
Brain Health Plan



Schweizerische Kopfwehgesellschaft
Société Suisse des Céphalées
Società Svizzera di Cefalea
Swiss Headache Society

A³ Concept
Awareness
Acknowledgment
Activation

**MIGRAINE
FRIENDLY SCHOOL**

Infos und Tipps für den Umgang mit
Kopfweh und Migräne in der Schule:

www.headache.ch/migraene/migraine-friendly-school

