

Statement Dr. Jens Baas

Vorsitzender des Vorstands
der Techniker Krankenkasse



TK-Kopfschmerzreport 2020 - Prävalenz, Pillen und Perspektiven

Rund zwei Drittel der Menschen in Deutschland haben ab und an Kopfschmerzen. Darunter sind nicht nur Erwachsene, auch Kinder und Jugendliche sind bereits betroffen. Nicht immer wird die Krankheit ernst genommen. Ein Irrtum. Insbesondere Migräne, aber auch Spannungskopfschmerz und Clusterkopfschmerzen sind häufig mit enormem Leidensdruck verbunden.

Mit unserem "Kopfschmerzreport 2020 - Prävalenz, Pillen und Perspektiven" nehmen wir das Thema Kopfschmerzen genauer unter die Lupe. Wir wollen wissen, wie viele Kinder und Jugendliche von Kopfschmerzen betroffen sind und wie sie behandelt werden. Wir gehen in dem Report auch der Frage nach, wann Medikamente gegen das Hämmern im Kopf sinnvoll sind und wann sie möglicherweise zur Gefahr werden. Angesichts eines immer stärker wachsenden Umsatzes von Kopfschmerzmitteln, die ohne ärztliche Verordnung rezeptfrei in der Apotheke gekauft werden können, hinterfragen wir die Werbestrategien für diese freiverkäuflichen Wirkstoffe. Ein besonderes Augenmerk haben wir auf das Thema Migräne gelegt, da sie die Lebensqualität der Betroffenen besonders einschränkt. Seit knapp zwei Jahren sind neue Prophylaxe-Medikamente für den deutschen Markt zugelassen. Der Report untersucht, wie diese sogenannten CGRP-Antikörper in der Versorgung angekommen sind und eingesetzt werden.

Im Schnitt sitzen in jeder Schulklasse drei Teenager mit Kopfschmerzen

Der Report zeigt: 2018 wurden 4,3 Prozent der TK-versicherten Kinder wegen Kopfschmerzen behandelt. Bei den Jugendlichen zwischen 15 und 19 Jahren waren es knapp 13 Prozent, also gut jeder achte Teenager. In jeder Schulklasse ab dem neunten Jahrgang sitzen also durchschnittlich drei Schüler mit einer Kopfschmerzdiagnose. Bei jedem dritten Jugendlichen, der Kopfschmerzen hat, stellt der Arzt eine Migräne fest.

Statement Dr. Jens Baas

Vorsitzender des Vorstands
der Techniker Krankenkasse



Migräne erfordert frühzeitige Behandlung und angepassten Lebensstil

Kopfschmerzen gehören zu den Krankheiten, die Menschen oft ein Leben lang begleiten. Sie treten immer wieder auf und quälen die Betroffenen über Jahrzehnte. Um zu vermeiden, dass Kopfschmerz chronisch wird, ist eine frühzeitige Behandlung wichtig. Zur Therapie können in Akutsituationen Medikamente gehören. Wir sehen in unseren Daten, dass Kinder und Jugendliche mit Migräne, je älter sie werden, immer öfter Migränemedikamente verschrieben bekommen. Diese sogenannten Triptane bekämpfen die Symptome, aber nicht die Auslöser. Um langfristig gegen die Migräne anzukommen, muss man die Krankheit verstehen. Oft gibt es Trigger, die die Kopfschmerzen auslösen. Deshalb ist die Behandlung von Migräne oft Detektivarbeit: Welche Situationen, Nahrungsmittel oder Gerüche gingen dem Schmerz voraus? Wer die Auslöser kennt, kann Migräne gezielter vorbeugen und seinen Alltag darauf abstimmen. Mit einem regelmäßigen Tagesablauf, Entspannungsverfahren und Bewegung lässt sich viel erreichen. Wie hilfreich ein gutes Selbstmanagement ist, zeigt die Migräne-App der TK, die die Schmerzklinik Kiel gemeinsam mit unseren Versorgungsexperten entwickelt und 2016 an den Start gebracht hat. Wer das digitale Tool nutzt, kann die Zahl seiner Kopfschmerztag signifikant senken - im Schnitt um rund drei Tage im Monat.

Bei Kindern Medikamenteneinnahme sensibel abwägen

Bei Kindern und Jugendlichen sollten Eltern besonders sensibel sein und mit dem Arzt genau abwägen, wann Medikamente tatsächlich nötig sind. Dabei geht es nicht darum, Schmerzmittel zu verteufeln, sondern mit ihnen verantwortungsvoll umzugehen, um spätere Abhängigkeiten und unerwünschte Nebenwirkungen zu vermeiden.

Jeder achte Erwachsene hat mindestens einmal pro Woche Kopfschmerzen

Auch Erwachsene sind häufig von Kopfschmerzen betroffen. Das zeigt eine bevölkerungsrepräsentative Forsa-Umfrage. Sie erfasst auch Menschen, die Beschwerden haben, aber damit nicht zum Arzt gehen. Zwölf Prozent der Befragten geben an, dass sie mindestens einmal pro Woche Kopfschmerzen haben. Weitere 21 Prozent der Befragten sagen, dass sie ein- bis dreimal im Monat unter Kopfschmerzen leiden. Auffällig dabei: Frauen sind deutlich stärker von Kopfschmerzen betroffen als Männer. So sagen 20 Prozent der

Statement Dr. Jens Baas

Vorsitzender des Vorstands
der Techniker Krankenkasse



Frauen, dass sie mindestens einmal in der Woche Kopfschmerzen haben. Bei den Männern sind es nur vier Prozent.

(Versteckte) Werbung für Kopfschmerzmedikamente kritisch hinterfragen

Mehr als 70 Prozent der Kopfschmerzgeplagten haben in der Forsa-Befragung angegeben, dass sie im Fall der Fälle ein rezeptfreies Schmerzmittel einnehmen, manchmal auch mehrere Tage am Stück. Wer jedoch zu häufig, zu viele Tage hintereinander oder in zu hohen Dosen Kopfschmerzmedikamente schluckt, riskiert unerwünschte Nebenwirkungen oder auch einen Dauerkopfschmerz. Eine Problematik, die nicht zu unterschätzen ist, schaut man auf die Umsätze rezeptfreier Schmerzmittel. Allein 2019 sind sie in Deutschland auf rund 500 Millionen Euro gewachsen. Angesichts der möglichen Nebenwirkungen sind die Marketingstrategien für Schmerzmittel kritisch zu hinterfragen. So zeigt der Report, dass für die Nutzer von Online-Angeboten wie Patientenforen, Blogs, Podcasts oder Youtube-Videos häufig nur schwer zu erkennen ist, ob Pharmafirmen an den Angeboten beteiligt sind. Das gilt auch für Beiträge von Influencern, die sich gezielt an Jugendliche richten. Mit der Werbung für zielgruppenspezifisch modifizierte Produkte - zum Beispiel mit Geschmacksrichtungen wie Zitrone und Himbeere oder in speziellen Darreichungsformen - verschwimmen die Grenzen zu Harmlosigkeit und Lifestyle-Produkten. Patienten brauchen aber seriöse, verlässliche und leicht zugängliche Informationen, wenn es um Medikamente geht.

Neue Medikamente zur Prophylaxe von Migräne

Mit dem Report werfen wir auch einen Blick auf neuartige Medikamente zur Migräneprophylaxe. Diese sogenannten CGRP-Antikörper sind im November 2018 für den deutschen Markt zugelassen worden und können seitdem auf Rezept verordnet werden. Sie sind explizit für Patienten gedacht, die auf die herkömmlichen Therapien nicht ansprechen. Denn nur für diese Patientengruppe hat der Gemeinsame Bundesausschuss in einer frühen Nutzenbewertung einen Zusatznutzen festgestellt.

Starker Verordnungsanstieg bei CGRP-Antikörpern - nicht immer zielgerichtet eingesetzt

Unsere Auswertungen zeigen, dass es seit der Zulassung der CGRP-Antikörper einen steilen Verordnungsanstieg gegeben hat. Die Auswertungen machen aber auch deutlich: Die CGRP-

Statement Dr. Jens Baas

Vorsitzender des Vorstands
der Techniker Krankenkasse



Antikörper werden nicht immer zielgerichtet eingesetzt, sondern auch Patienten verordnet, die entgegen den Empfehlungen überhaupt keine oder nur sehr wenige Vortherapien erhalten haben. Hier sehen wir einen hohen Handlungs- und Aufklärungsbedarf.

Für Rückfragen:

Techniker Krankenkasse

Unternehmenskommunikation

Gabriele Baron

Telefon 040 - 69 09 - 17 09

pressestelle@tk.de

Portal "Presse & Politik": www.tk.de/presse

Twitter: www.twitter.com/tk_presse

Blog: www.wirtechniker.tk.de