



Die Klinik stellt Weichen für die Zukunft

## Chefarztwechsel in der Klinik



**Seit dem 1. Januar 2012 hat die Migräne- und Kopfschmerz-Klinik Königstein einen neuen medizinischen Leiter: Dr. Charly Gaul,** Facharzt für Neurologie, neurologische Intensivmedizin und spezielle

Schmerztherapie. Dr. Gaul war zuletzt Oberarzt am Universitätsklinikum Essen und Leiter des dortigen Westdeutschen Kopfschmerzzentrums. Mit seiner Berufung zum Chefarzt in Königstein ist dort ein bekannter, erfahrener und engagierter Kopfschmerz-Spezialist eingezogen, der die Klinik auf medizinischem Gebiet in die nächste Generation führen wird. Kontinuität und Fortschritt waren schon immer unzertrennliche Leitgedanken der Klinik seit ihrer Gründung im Jahr 1976. Mit der Einstellung von Dr. Gaul hat die Klinik einen wichtigen Schritt in die Zukunft getan und dabei gleichzeitig ihre Kompetenz auf

dem Gebiet der Neurologie verstärkt. Dr. C. Gaul bringt vielseitige Erfahrungen in der Schmerzmedizin mit, besonders auch bei der Behandlung des Clusterkopfschmerzes. Das beweisen seine Tätigkeiten in verschiedenen neurologischen Kliniken, wie Halle-Wittenberg, Erlangen-Nürnberg sowie in der Zahnklinik Zürich. Seine Lehrtätigkeiten, Veröffentlichungen, Vorträge, klinischen Studien und Forschungsaufenthalte weisen Dr. Gaul als exzellenten Wissenschaftler und engagierten, um den Patienten bemühten praktizierenden Arzt aus, bei dem der Patient im Mittelpunkt einer modernen, ganzheitlichen Medizin steht. Er vertritt dabei ein umfassendes Konzept der multimodalen Therapie, das jeden einzelnen Patienten individuell berücksichtigt und neben Medikamenten und ärztlichem Gespräch, Sport, Entspannungsmethoden und psychologische Aspekte beinhaltet.

In Vorträgen und Medienauftritten regt Dr. Gaul die Öffentlichkeit an, sich mehr in dem Bereich Kopfschmerzen zu engagieren, und Betroffenen macht er Mut auf erfolgreiche Behandlung ihrer Krankheit. Damit passt er perfekt zum Konzept

der Migräne- und Kopfschmerz-Klinik Königstein, die schon seit vielen Jahren gezielte Öffentlichkeitsarbeit macht zum Nutzen der Patienten, da Migräne immer noch bei Vielen ein Tabuthema ist.

Dr. C. Gaul wird wissenschaftliche Projekte fortführen und die Zusammenarbeit mit Selbsthilfegruppen und wissenschaftlichen Fachgesellschaften stärken. Er ist Mitglied der Internationalen Kopfschmerzgesellschaft und der Deutschen Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft sowie der Deutschen Gesellschaft für Neurologie. Regelmäßig ist er in der ärztlichen Fortbildung und in der Ausbildung von Schmerztherapeuten tätig sowie auf nationalen und internationalen Kongressen zu Vorträgen eingeladen. Dadurch werden die Patienten der Klinik auch künftig immer zeitnah vom Fortschritt in der Therapieforschung profitieren. Verstärkt werden auch Studien zu neuen Behandlungsverfahren unter Mitarbeit der Migräneklinik durchgeführt.



### Ärzte-Fortbildung: Chronische Kopfschmerzen



Am 2.5.2012 fand in der Klinik eine Fortbildungsveranstaltung für Ärzte statt. Referenten waren Dr. med. C. Gaul, Chefarzt der Klinik und Prof. Dr. med. W. Jost, Leiter des Fachbereiches Neurologie und Schmerztherapie der DKD Wiesbaden. Außerdem wurde über die Studienergebnisse zum Einsatz von Botulinumtoxin in der Migränebehandlung berichtet. Mehr über die Veranstaltung finden Sie im Internet unter: [www.migraene-klinik.de](http://www.migraene-klinik.de).

### Kopfschmerzen und Migräne

In diesem Ratgeber von Dr. Gaul geben Kopfschmerzexperten in verständlicher Sprache Informationen, die weiterhelfen können bei Migräne, Kopfschmerz vom Spannungstyp, Clusterkopfschmerz und anderen Erkrankungen. Ausführlich werden Medikamente zur Schmerzbehandlung und Vorbeugung erläutert. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf den nicht-medikamentösen und psychologischen Verfahren, die bei längerfristiger Anwendung entscheidend sein können für den Therapieerfolg. Das Buch ist zum Preis von 9,95 € in der Klinik, im Buchhandel und bei Amazon erhältlich.



### Klinik im Internet: Jetzt noch informativer



Die Klinik zeigt sich im Internet mit neuer Gestaltung. Ihr Auftritt ist jetzt noch informativer und sehr userfreundlich. Neu sind spezielle Serviceseiten für Ärzte und Patienten, die wie ein Leitfaden viele Fragen über Migräne, Kopfschmerzen, mögliche Behandlungsmethoden und die Klinik vorab beantworten. Außerdem informieren sie darüber, warum und wann eine stationäre Behandlung notwendig wird und wie die stationäre Einweisung erfolgen kann.





## Frühzeitige Einnahme – bessere Wirkung



**Wenn Schmerzmittel (z. B. Paracetamol, Ibuprofen, Acetylsalicylsäure, Mischpräparate mit Koffein) nicht ausreichend wirksam sind, werden im Migräneanfall Triptane einge-**

**setzt.** Triptane wirken an den 5HT-Rezeptoren im Gehirn, vor allem im Bereich der Nervenendigungen des Nervus trigeminus (Gesichtsnerv) und der Gefäße der Hirnhäute sowie im Kerngebiet (Schaltstelle) des Nervus trigeminus. Dort verhindern und verringern sie die Ausschüttung der Botenstoffe, die ganz entscheidend zur Ausbreitung des Migräneanfalls im Gehirn sowie zur Entstehung von Schmerzen, Übelkeit, Licht- und Geräuschempfindlichkeit beitragen.

Migränepatienten stehen dabei oft im Zwiespalt, so wenig Akutschmerzmittel wie möglich einnehmen zu wollen und der rechtzeitigen Einnahme der Medikation. Viele Migränepatienten haben bereits bemerkt, dass die zu späte Einnahme im Anfall die Wirkung der Triptane deut-

lich reduziert. In der TEMPO-Studie untersuchte nun eine französische Arbeitsgruppe die Bedeutung des richtigen, frühen Einnahmezeitpunktes von Triptanen. Von 144 Patienten, die für die Auswertung zur Verfügung standen, nahmen 79 ihr Triptan innerhalb einer Stunde nach Beginn der Migräneattacke ein. Die übrigen 65 Patienten nahmen die Triptane später als eine Stunde nach Anfallsbeginn ein. Dokumentiert wurde die Wirksamkeit der Triptanbehandlung in drei Migräneattacken.

Bei frühzeitiger Einnahme waren 52,8% der Patienten in 2 von 3 Attacken schmerzfrei zum Zeitpunkt der Schmerzmessung zwei Stunden nach der Einnahme. Bei Einnahme später als eine Stunde nach Anfallsbeginn erreichten nur noch 30,2% der Patienten Schmerzfreiheit in der gleichen Zeit. Im 2. Teil der Untersuchung erfolgte nun eine Aufklärung darüber, dass Triptane möglichst frühzeitig im Anfall eingenommen werden sollten, um die „Spät-Einnehmer“ zu einer früheren Einnahme der Triptane zu motivieren. Insgesamt nahmen 42 weitere Patienten ihre Triptane nun früher als eine Stunde nach An-

fallsbeginn ein. Diese Gruppe konnte die Wirksamkeit (Rate der Schmerzfremheit nach zwei Stunden) durch die Veränderungen ihres Einnahmeverhaltens von 38,1% auf 53,7% steigern. Die TEMPO-Studie ist für Migränepatienten und ihre behandelnden Ärzte sehr wichtig. Sie konnte zeigen, dass die frühzeitige Einnahme der Medikation entscheidend ist, um eine rasche Schmerzfremheit in der Migräneattacke zu erreichen. Die Patienten brauchen diese Informationen, die Aushändigung eines Triptanrezeptes alleine ohne Aufklärung und Information ist weniger hilfreich. Ohne die Einnahmemenge zu steigern, kann die Rate der Schmerzfremheit durch den früheren Einnahmezeitpunkt von nur 1/3 der Patienten auf über die Hälfte der Patienten gesteigert werden. Kurzgefasst: frühe Einnahme – bessere Wirkung! (Dr. C. Gaul)



**Curriculum Vitae**  
**Dr. med. C. Gaul**

Geboren nicht weit von Königstein entfernt: in Bad Kreuznach. Nach dem Zivildienst Medizinstudium an den Universitäten in München und Heidelberg. Facharztausbildung zum Neurologen, Schmerztherapeuten und Intensivmediziner an den Universitätsklinikum Erlangen und Halle (Saale). Weiterbildungsstudium im Bereich der Medizinethik an der Gesamthochschule Hagen. Schmerzforschung in Netzwerken der Deutschen Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft und als Gastwissenschaftler in der Schweiz. Enge Kooperation mit Psychologen und Physiotherapeuten in der Forschung. Preisträger des MSD Stipendiums Neurologie (Kopfschmerzforschung) 2006. Leiter des Westdeutschen Kopfschmerzzentrums am Universitätsklinikum in Essen ab 2009. Chefarzt der Migräne- und Kopfschmerzklinik Königstein seit 1.1.2012. Leidenschaftlicher Museums- und Theaterbesucher. Fan von Bauhausarchitektur, Design und den Großstädten im Osten Deutschlands. Ein Freundeskreis voller Psychologen.

Neu bei der Behandlung chronischer Migräne

## Botulinumtoxin

**Im Herbst 2011 wurde Botulinumtoxin zur Behandlung der chronischen Migräne zugelassen.** In Studien (PREEMPT-Studien) konnte gezeigt werden, dass die Injektion von Botulinumtoxin in der Lage ist, die Kopfschmerzhäufigkeit bei Patienten, die mehr als 15 Tage im Monat an Migräne leiden zu senken. Treten Kopfschmerzen seltener als 15 Tage im Monat auf, ließ sich die Wirksamkeit nicht mehr belegen.

Es kam zu einer Zunahme der kopfschmerzfreien Tage, zu einem Rückgang des Schmerzmittelgebrauchs, und die Kopfschmerzen waren weniger schwer. Ambulant wird diese Behandlung auch für Patienten der Migräneklinik angeboten. Die Therapie ist eine Leistung der gesetzlichen und privaten Krankenkassen, ein Vorgespräch

zum Prüfen der Indikation ist erforderlich. Die Behandlung erfolgt dann durch Injektion von Botulinumtoxin an ca. 30 definierten Punkten im Gesicht, an den Muskeln des Kopfes und im Nackenbereich. Bei einem kleinen Teil der Patienten kann es durch eine ungünstige Verteilung des Wirkstoffes zu vorübergehender, lokal begrenzter Muskelschwäche kommen. Andere Nebenwirkungen sind selten oder sehr selten. Die Gesamtherapie muss unter neurologischer Leitung erfolgen. Die Wirkung hält ca. 3 Monate an, dann kann die Behandlung wiederholt werden. Eine Behandlung mit Botulinumtoxin sollte in ein umfassendes therapeutisches Konzept eingebunden sein. Gerne können wir Sie über dieses ergänzende Therapieangebot informieren.





Die Klinikärzte stellen sich vor

## Dr. C. Gaul im Gespräch

**Red.:** Herr Dr. Gaul, was hat Sie bewogen, die Stelle als Chefarzt dieser Klinik anzunehmen?

**Dr. Gaul:** Seit Jahren beschäftige ich mich mit Kopfschmerzkrankungen, zunächst am Universitätsklinikum in Halle (Saale) und noch intensiver danach als Leiter des Kopfschmerzzentrums am Universitätsklinikum Essen. Auch wissenschaftlich konzentriere ich mich seit Jahren auf Kopfschmerzen, insbesondere häufige Migräne, Kopfschmerz bei Kindern und Clusterkopfschmerzen. Ein weiterer Schwerpunkt sind Gesichtsschmerzen. Die Position in Königstein gibt mir die Möglichkeit, all diese Gebiete sowohl in der ambulanten als auch in der stationären Therapie fortzuführen. Reizvoll ist für mich die Arbeit im Team mit Mitarbeitern aus Psychologie, Physiotherapie und anderen Disziplinen. Die Klinik hat seit Jahren einen guten Ruf, den – neben dem Klinikgründer Dr. Joachim Brand – die Kollegen Dres. Jan und Ronald Brand und Herr Dr. Ulrich Schauer erarbeitet haben. Die Herausforderung, hier noch neue Ideen einzubringen und eigene Vorstellungen umzusetzen, habe ich gerne angenommen.

**Welche Schwerpunkte setzen Sie als Chefarzt dieser Klinik und als Arzt gegenüber Ihren Patienten?** Gegenüber den Mitarbeitern möchte ich die Teambildung noch weiter stärken und neue Konzepte mit allen verwirklichen. Der Aufbau einer Tagesklinik als Ergänzung zwischen stationärer und ambulanter Versorgung ist ein solches mittelfristiges Ziel. Die Klinik möchte ich ein Stück weiter in die Neurologie führen. Dort wird Sie im Moment noch nicht optimal wahrgenommen, obwohl doch alle unsere Patienten an neurologischen Erkrankungen leiden. Die Information der Patienten über ihre Erkrankung halte ich für die wichtigste Voraussetzung, um den Sinn und die Ziele einer Behandlung verstehen zu können, das Thema ist mir so wichtig, dass ich in die Weiterentwicklung der Patientenvorträge und die Edukation sehr viel Zeit investiere. Ich glaube, dass ein informierter Patient motivierter in der Therapie mitarbeiten kann. **Schwebt Ihnen ein Modell vor zur besseren Information und Zusammenarbeit über Migräne / Kopfschmerzen zwischen Hausärzten, Patienten und Klinik?**

Arztbriefe, die wichtige Informationen für die vor- und weiterbehandelnden Kollegen beinhalten, sind ein wichtiger Baustein. Auch glaube ich, dass wir moderne Informationstechnik nutzen können, die Wege zu verkürzen, um alle besser zu informieren. Die Homepage haben wir gemeinsam schon umgestaltet und wollen mehr Informationen damit für Patienten und Ärzte anbieten. Der Aufbau einer integrierten Versorgung mit Krankenkassen, Hausärzten und anderen Kliniken wäre ein Fortschritt gerade für die Patienten, die nicht aus dem Rhein-Main-Gebiet kommen. Gemeinsame Projekte verbinden uns jetzt schon mit der Schmerzklinik des DRK Krankenhauses in Kassel und enge Verbindungen bestehen auch zum Universitätsklinikum in Essen.

**Gibt es Daten über die Nachhaltigkeit der Erfolge in der Migränebehandlung?** Im Universitätsklinikum Essen haben wir daran gearbeitet, die nachhaltige Wirkung der Therapie zu zeigen. Die Befunde waren erstaunlich: Es ist viel wahrscheinlicher, dass ein Migränepatient, der gut geschult wurde, nach einem Jahr noch Sport und progressive Muskelrelaxation regelmäßig ausübt, als dass er Medikamente weiter einnimmt. Je mehr Lebensstilveränderungen umgesetzt wurden, desto erfolgreicher war die Therapie. Wir haben in Deutschland ein im Vergleich zu anderen Ländern wesentlich besser ausgebautes Netz an Rehabilitationseinrichtungen, aber wenige Einrichtungen „nur“ für Kopfschmerzpatienten. Wenn wir diesen guten Zustand erhalten, vielleicht sogar ausbauen wollen, müssen wir zeigen, dass das, was wir leisten, nachhaltig wirksam und kosteneffektiv ist. Hier sehe ich für die Migräne- und Kopfschmerzklinik die Chance, eine führende Rolle in der Qualitätssicherung und Rehaforschung einnehmen zu können.

**Wo sehen Sie Ansätze in der Forschung und Behandlung von Migräne- und / Kopfschmerzbehandlung in Ihrem Spezialgebiet der Neurologie?** Die wissenschaftliche Bewertung von Therapien, die wir aus Erfahrung einsetzen, aber die bislang nicht gut untersucht sind, ist notwendig. Die Neurologie öffnet sich hier in der (Kopf)schmerzbehandlung, z.B. der Naturheilkunde und psychologischen Verfahren in

*Herr Dr. Gaul ist seit sechs Monaten Chefarzt der Klinik. In dem nachfolgenden Gespräch stellt er sich vor und nimmt Stellung zu Fragen, die sowohl die Klinik unter seiner Leitung betreffen, als auch zukünftige Erfolgchancen in der Migräne- und Kopfschmerzbehandlung zum Inhalt haben.*



einem Ausmaß, das vor wenigen Jahren noch nicht vorstellbar war. Weiterhin werden gerade für chronisch kranke Patienten neue Therapien verfügbar, deren Chancen und Risiken wir noch nicht gut kennen. Hier bringe ich im Bereich der Neurostimulation Vorerfahrungen mit. Kinder mit Kopfschmerzen brauchen dringend ein besser zugängliches effektives Behandlungsangebot, auch hier werden wir uns gezielt auf den Weg machen, unser Angebot zu erweitern und zu verbessern. Die Behandlung und Erforschung des Clusterkopfschmerzes ist mir ein ganz besonderes Anliegen.

**Ab wann sollten Patienten den Hausarzt aufsuchen, ab wann den Schmerzspezialisten, ab wann die Klinik?** Bei typischem Beschwerdebild kann der Hausarzt häufig Kopfschmerzen korrekt diagnostizieren und behandeln. Wenn Unklarheit über die Diagnose besteht oder die Therapie unwirksam ist, ist der Spezialist gefragt. Werden Kopfschmerzen chronisch und beeinträchtigen die Lebensqualität, kann die Klinik das umfassendere Behandlungsangebot machen. Auch die schwierige Zeit einer Medikamentenpause, wenn zuvor zu viele Schmerz- oder Migränemittel eingenommen wurden, ist in der Klinik besser zu bewältigen. Bei zusätzlicher psychischer Beeinträchtigung kann die Klinik eine Behandlung in einem Gesamtkonzept bieten, das so an den wenigsten Orten überhaupt verfügbar ist.

**Was empfehlen Sie Migränepatienten generell für Ihre Lebensführung?** „Entschleunigen“ und „Nein-Sagen“ sind elementare Bestandteile der Lebensführung. Ausgleich mit Entspannung und Sport sind langfristig vielversprechender als alles andere. Zusammengefasst: Eine Lebensweise, die sich nicht gegen die Biologie der Erkrankung richtet, sondern die Vorteile einer Migräne, die hohe Leistungsfähigkeit des Gehirns, nutzt, aber auch den Bedarf nach Pausen und Erholung berücksichtigt.





Mein persönliches Problem: Meine Vorsätze halten oft nur wenige Wochen.

## Wie kann ich mich auf Dauer motivieren?

**Wer kennt sie nicht, die guten Vorsätze: Ab morgen fange ich mit der Diät an, jeden Tag 30 Min. Gymnastik, Laufen, Walken, üben Nein zu sagen, 5 Min. für sich selbst haben, und, und, und...**



Wir wissen genau, was wir machen müssen, damit wir uns besser fühlen. Wir wollen es auch machen. Wir fangen auch damit an. Für drei Wochen. Dann kommt etwas dazwischen, z.B. Tante Anna kommt für zwei Tage auf Besuch und bringt alles durcheinander. Und danach läuft es wieder wie vorher, nur ohne unseren Vorsatz. Wir finden tausend Gründe, warum jetzt nicht und gleich nicht und überhaupt nicht. Nicht nur, dass wir uns wieder schlechter fühlen, sondern uns plagt auch noch zusätzlich ein schlechtes Gewissen. Das hält noch eine Weile so an, und dann ist alles beim alten. Bis dann eines fernen Tages durch einen Anstoß von außen das ganze Spiel wieder von vorne anfängt. Wie können wir diesen Kreis durchbrechen und uns selbst zum Durchhalten motivieren?

Es bieten sich mehrere Möglichkeiten an: Wichtig ist, dass Sie sich vor Augen halten, warum Sie

was machen. Wenn Sie z.B. jeden Tag 20 Minuten progressive Muskelrelaxation nach Jacobson machen, dazu einmal am Tag sich eine halbe Stunde an der frischen Luft bewegen, dann tun Sie dies, um einer Migräneattacke vorzubeugen, Stress abzubauen, den Kreislauf zu stabilisieren, sich wohl zu fühlen. Halten Sie sich diese Ziele nicht nur vor Augen, sondern schreiben Sie diese auch auf und hängen Sie diese z.B. an den Kühlschrank, an den Spiegelschrank im Badezimmer oder an andere Plätze in der Wohnung, an denen Sie öfter am Tag vorbeigehen. Eine gute Motivation bietet auch ein Prämiensystem. Für jede Woche durchhalten gibt es einen Punkt und bei 5 Punkten spendieren Sie sich einen Kinobesuch, bei 10 Punkten ein Buch oder eine CD /DVD, bei 15 Punkten ein Kleidungsstück und bei 20 Punkten ein Wellnesswochenende. Halten Sie Ihre Vorsätze ohne triftigen Grund nicht ein, verlieren Sie jedes Mal einen Punkt.

Eine andere Möglichkeit ist, Sie engagieren für sich einen privaten Coach. Dies können Familienmitglieder sein, Mann, Kinder, Freundinnen, Freunde, gute Nachbarn, Kollegen. Dieser motiviert Sie zum Durchhalten und redet Ihnen ins Gewissen, wenn Sie Ihr Vorhaben aufgeben wollen. Von Vorteil ist auch, möglichst vielen Freunden und Bekannten von Ihren Vorsätzen

zu erzählen. So genieren Sie sich, wenn Sie vor allen bekennen müssen, dass Sie zum wiederholten Male aufgehört haben oder aufhören wollen. So schaffen Sie sich selbst eine „Rücktrittbremse“.

Ist es nun doch einmal passiert, dass Sie Ihre guten Vorsätze über ein paar Wochen fallen gelassen haben, ohne dass Sie sich motivieren konnten, diese wieder aufzugreifen, bauen Sie in Ihrem Computer ein sogenanntes „Mahnsystem“ ein. Es funktioniert so: Sie berichten, wie Sie unter einer besonders starken Migräneattacke gelitten haben. Wie es Ihnen und vielleicht auch Ihrer Familie dabei erging. Welche Folgen diese Attacke sonst noch auf Ihr Umfeld hatte. Diesen Bericht legen Sie mit Fotos, die zeigen, wie schlecht es Ihnen ging, auf Termin im Abstand von 2 bis 3 Monaten. Sie werden dann jeweils zum gegebenen Zeitpunkt daran erinnert. Ihr Leidensdruck kann dann beim Anblick von Bericht und Fotos so groß sein, dass die Chance besteht, Ihre Vorsätze wieder aufzunehmen.



**Wer seine Vorsätze nicht ernst nimmt,** nimmt auch seine Migräne nicht ernst; wer seine Migräne nicht ernst nimmt, **nimmt sich selbst auch nicht ernst.**

## Meiner Meinung nach...

*Dr. Ronald Brand  
Geschäftsführer der Migräne- und  
Kopfschmerz-Klinik Königstein*

**Es hat sich einiges geändert in den letzten sechs Monaten.**

Die Klinik hat mit Dr. C. Gaul einen neuen Chefarzt eingestellt und damit nicht nur einen jungen, kompetenten, sympathischen, in Kreisen der Schmerztherapie bekannten Kollegen bekommen, sondern damit auch die Weichen für die Zukunft gestellt. Wir haben langjährige Mit-

arbeiter verabschiedet, sodass sich auch dort ein Generationswechsel vollzogen hat. Unser Internetauftritt hat sich dem Zeitgeist angepasst. Er ist aktueller geworden, informativer und führt gleich zum Wesentlichen. Und auch unsere Klinikzeitung SchmerzLos ist aktualisiert worden. Veränderungen, wie wir meinen, die uns einen Schritt nach vorne gebracht haben, auch einen Schritt näher zu Ihnen, unseren Patienten.

**Motto Nr. 7**

**Änderst du dich,  
dann ändert sich auch  
deine Migräne.**

### IMPRESSUM

Migräne- u. Kopfschmerz-Klinik Königstein  
Ölmühlweg 31  
D-61462 Königstein/Taunus  
Telefon: 06174.2904-0  
info@migraene-klinik.de  
www.migraene-klinik.de  
Redaktion: Barbara Schick  
Marketing Team Schick  
marketing-schick@gmx.de