

Gegen Migräne in Bestzeit*



**Almotriptan Heumann bei Migräne
12,5 mg Filmtabletten**

30 Min.



Patienteninformation

Mehr als 10 Millionen Betroffene in Deutschland

Bei Migräne handelt es sich um eine Kopfschmerzart, die mehr als zehn Millionen Menschen in Deutschland betrifft. Frauen sind davon wesentlich häufiger betroffen als Männer. Migräne kann mit oder ohne Aura auftreten. Die Aura zeigt sich dabei in Form von Sehstörungen, wie beispielsweise Lichtblitze, Flimmern oder dem Ausfall ganzer Sehfelder sowie Schwindel, Sprachstörungen oder Lähmungserscheinungen. Circa 10 bis 15 Prozent der Patienten berichten von auftretender Migräne-aura vor Beginn der Kopfschmerzen.

Kennzeichnend für Migräne ist ein hämmernder, pulsierender, pochender oder klopfender Kopfschmerz. Er tritt zumeist einseitig auf, erstreckt sich über einen Zeitraum von vier bis 72 Stunden und wird häufig von Übelkeit, Erbrechen sowie Licht- und Lärmempfindlichkeit begleitet.



Welche Faktoren begünstigen das Auftreten von Migräne?

Die eigentliche Ursache für das Auftreten von Migräne ist bis heute nicht eindeutig geklärt. Es steht jedoch fest, dass es sogenannte Triggerfaktoren gibt, die eine Migräneattacke auslösen können.

Diese Faktoren sind bei jedem Migränepatienten individuell.

Zu den häufigsten Triggern zählen dabei:

- Änderungen des Tagesablaufes sowie des gewohnten Schlaf-Wach-Rhythmus
- Seelische Belastung
- Nahrungsmittel, wie z.B. Koffein, aber auch Koffeinentzug, Konservierungsstoffe, Alkohol oder Käse
- Körperliche Erschöpfung
- Reizüberflutung durch Lärm, Licht oder Gerüche
- Hormonelle Veränderungen bei Frauen

Vorbeugen und im Gleichgewicht bleiben

Migräne ist eine komplexe Krankheit und derzeit nicht heilbar. Dennoch gibt es unterschiedliche Strategien, um die Anzahl und Schwere von Migräneanfällen zu reduzieren. Wir empfehlen Ihnen in diesem Zusammenhang folgende Tipps zu berücksichtigen:

- Integrieren Sie in Ihren Alltag feste Essens- und Schlafenszeiten. Für Migränepatienten ist dies besonders wichtig, da Änderungen des Schlaf-Wach-Rhythmus einen Migräneanfall auslösen können.
- Machen Sie täglich mindestens 30 Minuten Sport. Besonders gut geeignet sind die Sportarten Schwimmen, Joggen, Walken oder Fahrradfahren.
- Ernähren Sie sich auf bewusste und gesunde Weise. Vor allem bei Genuss von Käse, Rotwein oder Geschmacksverstärkern berichten Patienten vermehrt über das Auftreten von Migränekopfschmerzen.
- Lernen Sie sich mit Hilfe von Entspannungstechniken bewusst zu entspannen. Sehr gut eignet sich in diesem Zusammenhang die sogenannte progressive Muskelrelaxation nach Edmund Jacobson. Migränepatienten erfahren dabei sich innerhalb kurzer Zeit in einen Zustand der tiefen Entspannung zu versetzen.

Schnelle Hilfe im Akutfall

Almotriptan Heumann bei Migräne 12,5 mg Filmtabletten

Almotriptan Heumann ist ein spezifisches Migränemittel, das für die akute Behandlung von Migräneanfällen mit oder ohne Aura verwendet wird. Nach dem Einsetzen des Kopfschmerzes sollte es so früh wie möglich zusammen mit etwas Flüssigkeit eingenommen werden.

Almotriptan Heumann wirkt unmittelbar am Schmerzort.

Es sorgt dafür, dass sich die erweiterten Blutgefäße im Gehirn wieder verengen, weniger Entzündungsbotenstoffe ausgeschüttet werden und die Ausbreitung der Schmerzreize im Gehirn gehemmt wird. Die Schmerzlinderung setzt in der Regel bereits circa 30 Minuten nach der Verabreichung ein – bei einer gleichzeitig geringen Wahrscheinlichkeit des Auftretens von Wiederkehrkopfschmerzen.

Die gute Verträglichkeit sowie die Linderung der häufig in Zusammenhang mit Migräne auftretenden Begleiterscheinungen wie Übelkeit, Erbrechen, Licht- und Lärmempfindlichkeit runden das Spektrum von **Almotriptan Heumann** ab.

Gegen Migräne in Bestzeit*



**Almotriptan Heumann bei Migräne
12,5 mg Filmtabletten**



- *Wirkeintritt nach circa 30 Minuten*
- *Gute Verträglichkeit*
- *Bekämpft Begleiterscheinungen wie Übelkeit, Erbrechen sowie Licht- und Lärmempfindlichkeit*



* im Vergleich zu allen rezeptfreien Triptanen

Apothekenstempel

**Almotriptan HEUMANN bei
Migräne 12,5 mg Filmtabletten**
(Wirkstoff: Almotriptan)

Anw.: Zur akuten Behandlung von
Kopfschmerzen bei Migräneanfä-
llen mit oder ohne Aura.

Stand: 01/2016

**Zu Risiken und Nebenwirkungen
lesen Sie die Packungsbeilage
und fragen Sie Ihren Arzt oder
Apotheker.**

Wir wünschen Ihnen gute Besserung!