



Pressemeldung

Aktuelle Erkenntnisse über Migräne und mögliche Abhilfen

München, 6. November 2023

Migräne betrifft einen signifikanten Teil der deutschen Bevölkerung. Eine Statistik des RKI aus dem Jahr 2020 weist darauf hin, dass 14,8 Prozent der Frauen und 6 Prozent der Männer in Deutschland unter dieser Erkrankung leiden. Trotz der weiten Verbreitung ist das Bewusstsein und Verständnis für diese Krankheit immer noch begrenzt.

Migräne ist nicht gleich Kopfschmerz. Der typisch pulsierende, einseitige Migränekopfschmerz ist lediglich eines von vielen Symptomen, die mit dieser Krankheit einhergehen. Die Anfälle können je nach Person unterschiedlich sein und zwischen 4 und 72 Stunden dauern.

Man unterscheidet zwischen zwei Arten von Migräne. Es gibt eine ohne Aura, die neben Kopfschmerzen auch Übelkeit, Erbrechen und eine erhöhte Empfindlichkeit gegenüber Geräuschen und Licht umfasst. Eine zweite Art ist die Migräne mit Aura. Diese beinhaltet neurologische Symptome wie Halbseitenlähmungen, Sprachstörungen und Missempfindungen.

Auch wenn die genauen Ursachen von Migräne immer noch Gegenstand wissenschaftlicher Untersuchungen sind, sind einige Trigger bekannt. Dazu gehören genetische Faktoren, hormonelle Schwankungen und Umweltfaktoren wie Ernährungsgewohnheiten, Stress, Alkohol und traumatische Ereignisse.

Im Kampf gegen Migräne suchen viele Betroffene nach Alternativen zur schulmedizinischen Behandlung. In jüngster Zeit hat sich die Diskussion um den Einsatz von Nahrungsergänzungsmitteln intensiviert. Besonders im Fokus: Magnesium. Studien weisen darauf hin, dass die Magnesiumlevel bei Migränepatienten oftmals niedriger sind als bei gesunden Personen. Einige Studien zeigen auch positive Ergebnisse bei der Einnahme von Magnesium in Bezug auf die Reduzierung der Migränefrequenz.

Trotz dieser vielversprechenden Anzeichen sollten Betroffene immer einen Arzt oder Therapeuten konsultieren, bevor sie mit einer Therapie oder Supplementierung beginnen.

Schlussendlich ist zu betonen, dass jeder Mensch einzigartig ist. Was bei dem einen hervorragend funktioniert, mag für den anderen nicht wirksam sein. Es ist daher ratsam, auf die Signale des Körpers zu hören und eine individuelle Strategie zur Vorbeugung und im Akutfall von Beschwerden zu entwickeln.

Es könnte vorteilhaft sein, sich ganzheitlichen und medikamentenfreien Ansätzen wie Nahrungsergänzungsmitteln, Osteopathie oder Akupunktur zuzuwenden, um Migräneattacken umfassend zu begegnen und die Gesundheit des Körpers zu fördern.

Während die Forschung weiterhin nach Antworten auf die vielen Fragen rund um Migräne sucht, ist es jedenfalls von entscheidender Bedeutung, das Bewusstsein für diese Krankheit zu erhöhen und Betroffenen die bestmöglichen Informationen und Ressourcen zur Verfügung zu stellen.

Mehr Informationen zum Thema Migräne und Nahrungsergänzung finden Sie unter <https://mitocare.de/blogs/wissensblog/migraene-ursachen-symptome-und-abhilfe>



Copyright: Pexels / Liza Summer

Über MITOcare

„Jeder Mensch verdient es, gesund zu sein“.

Diese Aussage verkörpert das Credo von MITOcare, dem Innovationstreiber im Segment der Mikronährstoffe und funktionellen Lebensmitteln. In der Produktentwicklung legen wir Wert darauf, so weit wie möglich auf Rohstoffe natürlichen Ursprungs und auf bioaktive Substanzen zu setzen.

Wir produzieren in der DACH-Region, was zu einer nachhaltigen Wirtschaftsweise beiträgt.

Gegründet im Jahr 2013, hat MITOcare seinen Hauptsitz in München und beschäftigt aktuell rund 50 Mitarbeiter. Das Unternehmen ist zudem Mitglied im Verband mittelständischer europäischer Hersteller und Distributoren von Nahrungsergänzungsmitteln & Gesundheitsprodukten e.V. (NEM). Weitere Details über uns, unsere Philosophie und Produkte können Sie unter www.mitocare.de nachlesen.