

## Kognitive Verhaltenstherapie eignet sich für das Management von Migräne bei Kindern

**Datum:** 16.02.2018

**Original Titel:**

A Systematic Review and Meta-Analysis of the Efficacy of Cognitive Behavioral Therapy for the Management of Pediatric Migraine

Migräne kommt bei Kindern und Jugendlichen häufig vor, allerdings sind die vorhandenen pharmakologischen Behandlungsmöglichkeiten, zumindest zur Vorbeugung von Attacken, begrenzt. Beispielsweise darf bei Kindern kein Aspirin gegeben werden. Alternativ wird beispielweise Kognitive Verhaltenstherapie für das Management von Migräne bei Kindern genutzt, dabei werden insbesondere Bewältigungsstrategien und Möglichkeiten der kognitiven Umstrukturierung eingesetzt, um die Empfindung von Schmerzen zu verändern. Die systematische Überblicks- und Vergleichsstudie von Dr. Ng von der National University von Singapur und Kollegen untersuchte die Wirksamkeit der kognitiven Verhaltenstherapie für das Management von Migräne bei Kindern.

Die Autoren durchsuchten die Datenbanken PubMed und Ovid mit Startdatum 1. Januar 1980 bis 1. Mai 2016 nach Publikationen zum Thema kognitiver Verhaltenstherapie bei Kindern mit Migräne. Sie fanden insgesamt 3841 Artikel, die weiter nach relevanten Fragestellungen und Qualitätskriterien durchsucht wurden. Für die Übersichtsanalyse wurden schließlich die Daten aus 14 dieser Studien genutzt.

Die Ergebnisse der Auswertung der gesamten Studien zeigten, dass kognitive Verhaltenstherapie gegen Migränekopfschmerzen bei Kindern helfen kann. Die Kopfschmerzen der untersuchten Kinder konnten mit Hilfe der Therapie deutlich häufiger um die Hälfte reduziert werden, als dies bei Kindern auf einer Warteliste, mit Placebobehandlung oder einer Standardmedikation geschah. Dieser Erfolg war sowohl unmittelbar nach der Behandlung (Quotenverhältnis 9,11) sowie nach 3 Monaten oder später (Quotenverhältnis 9,18) deutlich. Zudem erschien die Behandlung in den analysierten Studien als dauerhaft wirksam – die Kinder litten zum Teil noch nach einem Jahr unter weniger Migränekopfschmerzen als noch vor der Behandlung.

Die Autoren resümierten, dass die kognitive Verhaltenstherapie nützlich für das Management der Migräne ist und möglicherweise auch die Wirksamkeit der Standardmedikation verbessern könnte. Inzwischen werden immer häufiger eine solche Therapie mit einer medikamentösen kombiniert. Weitere Studien zu dem Thema optimale Behandlung von Migräne bei Kindern werden also mit Sicherheit folgen.

**Referenzen:**

Ng QX, Venkatanarayanan N, Kumar L. A Systematic Review and Meta-Analysis of the Efficacy of Cognitive Behavioral Therapy for the Management of Pediatric Migraine. *Headache*. 2017 Mar;57(3):349-362. doi: 10.1111/head.13016. Epub 2016 Dec 28.