

## Wird Rotwein als Auslöser von Migräneattacken überbewertet?

Eine aktuelle Studie [1] zeigt, dass Rotwein nur bei 8,8% der Patienten immer eine Migräneattacke auslöst. Die Studienautoren zweifeln daher an, dass Alkohol/Rotwein ein eigenständiger Migräne-Trigger ist. Wurde die Migräne auslösende Wirkung von Rotwein bislang also überschätzt?

DGN-Pressesprecher Professor Dr. Hans-Christoph Diener, Essen, glaubt nicht: „Alkohol, insbesondere Rotwein, ist ein Migräne-Trigger, nicht geklärt ist nur, wie groß sein Einfluss tatsächlich ist.“ Migränepatienten seien immer gut beraten, jeden vermeidbaren Auslöser einer Migräneattacke zu umgehen.

Etwa 15% der Bevölkerung leidet unter Migräne. Diese Kopfschmerzkrankung ist gekennzeichnet durch wiederkehrende, in der Regel sehr starke, einseitige Kopfschmerzen, die bei einigen der Betroffenen auch mit bestimmten neurologischen Symptomen (sogenannten Aura-Symptomen) einhergehen. Diese treten meistens vor den eigentlichen Kopfschmerzen auf, zu Ihnen gehören z.B. Schwindel, Augenflimmern, Einengungen des Gesichtsfeldes, auch Kribbeln oder Taubheitsgefühl in den Gliedmaßen. Bei einigen Patienten kommt es während der Kopfschmerzphase zu Übelkeit und Erbrechen, häufig ist auch eine besonders ausgeprägte Lärm- oder Lichtempfindlichkeit während der Kopfschmerzattacke. Die Dauer eines Migräneanfalls variiert von Patient zu Patient – bei einigen ist sie bereits nach vier Stunden überstanden, bei anderen hält sie bis zu drei Tagen an. Auch die Häufigkeit von Migräneattacken ist ganz unterschiedlich. Außer Frage steht, dass Migräne für die Betroffenen extrem belastend ist und die Lebensqualität stark einschränkt. Viele Patienten müssen zur Vorbeugung von schweren Migräneanfällen kontinuierlich Medikamente einnehmen.

### [Pressemitteilung zum Download](#)

Migräne zählt zu den neurologischen Erkrankungen, deren Ursachen noch nicht vollständig erforscht sind. Bekannt sind aber Auslöser (sogenannte Trigger) einer Migräneattacke, wie beispielsweise Stress, Änderungen des Schlaf-Wachrhythmus, Wetterumschwünge oder zyklusbedingte hormonelle Veränderungen bei Frauen (der Anteil der Frauen, die unter Migräne leiden, ist übrigens fast doppelt so hoch wie der der Männer!). Auch ungewohnte, „extreme“ Sinneswahrnehmungen wie Lärm, visuelle Reize oder Gerüche können Migräneanfälle auslösen. Ebenso kann die Ernährung hineinspielen: Bei einigen der Betroffenen können die Kopfschmerzen durch das Auslassen von Mahlzeiten, bei andere durch bestimmte Lebens- und Genussmittel wie Schokolade oder Alkohol provoziert werden.

Eine aktuell im „European Journal of Neurology“ publizierte, niederländische Studie [1] untersuchte den Stellenwert alkoholischer Getränke als Auslöser von Migräneattacken und den Effekt auf den Konsum von Alkohol bei Migränepatienten. 2.197 Patienten wurden webbasiert zu ihrem Trinkverhalten und den Triggern, die bei ihnen die Kopfschmerzattacken auslösen, befragt. Die Befragten waren Teilnehmer des „Leiden University Migraine Neuro-Analysis“ (LUMINA)-Projektes im Alter von 18 bis 80 Jahren, die unter Migräne gemäß der internationalen medizinischen Klassifikation ICHD-3 leiden.

1.547 von den 2.197 Befragten gaben an, Alkohol zu konsumieren. Von den Befragten erklärten insgesamt 783 Patienten (35,6%), dass Alkohol bei ihnen Kopfschmerzattacken auslöst. Unter den 1.547 Befragten, die gelegentlich Alkohol trinken, war der Anteil sogar noch höher: In dieser Gruppe gaben 42,5% an, dass Alkohol bei ihnen ein Migräne-Trigger sei. Diese Patienten, bei denen der Konsum von Alkohol Migräneanfälle auslöst, hatten im Vergleich zu den anderen einen geringeren Body-Mass-Index (BMI), litten häufiger unter Migräne ohne Aura-Symptome, hatten mehr Migräneattacken pro Jahr und mehr „Migränetage“.

Die Studie untersuchte auch, welche alkoholischen Getränke besonders häufig zu Migräneattacken führen. Am häufigsten wurde Wein, insbesondere Rotwein, genannt. Es wird vermutet, dass bestimmte, in Rotwein enthaltene Inhaltsstoffe wie Histamin, Tyramin oder Phenylethylamin diesen Effekt verursachen könnten. Die Befragten gaben an, dass bereits zwei Standardgläser ausreichen, um einen Migräneanfall zu provozieren. Andererseits berichteten aber nur 8,8% der Studienteilnehmer, dass Rotwein bei ihnen immer und ausnahmslos zu Migräneanfällen führt. Die Studienautoren zweifeln daher an, dass Alkohol/Rotwein ein eigenständiger Trigger ist. Fakt sei aber, dass Migräne das Konsumverhalten von Alkohol verändert, viele Patienten nehmen Abstand. Laut den Studienautoren kann daher diskutiert werden, ob Alkohol ein echter oder nur ein „gefühlter“ Auslöser von Migräneattacken sei.

Professor Dr. Hans-Christoph Diener, Essen, Pressesprecher der Deutschen Gesellschaft für Neurologie (DGN) ordnet die Ergebnisse wie folgt ein: „Selten ist nur ein einziger Trigger für den Ausbruch eines Migräneanfalls verantwortlich, meist kommen mehrere Auslöser zusammen. Rotwein kann man leicht umgehen, andere Migräneauslöser, wie z.B. Hormonschwankungen oder Wetterumschwünge, aber nicht. Deswegen ist es klug, auf vermeidbare Auslöser zu verzichten, um das Risiko für das Auftreten von Migräneattacken geringer zu halten. Die Studie sollte keinesfalls so interpretiert werden, dass Migränepatienten ruhig Rotwein trinken sollten – Alkohol, insbesondere Rotwein, bleibt ein Migräne-Trigger, nicht geklärt ist nur, wie groß sein Einfluss tatsächlich ist. Migränepatienten sind immer gut beraten, jeden vermeidbaren Auslöser einer Migräneattacke zu umgehen.“

[1] Onderwater GLJ, van Oosterhout WPJ, Schoonman GG et al. Alcoholic beverages as trigger factor and the effect on alcohol consumption behavior in patients with migraine. Eur J Neurol. 2019 Apr;26(4):588-595

### **Die Deutsche Gesellschaft für Neurologie e.V. (DGN)**

sieht sich als neurologische Fachgesellschaft in der gesellschaftlichen Verantwortung, mit ihren über 9500 Mitgliedern die neurologische Krankenversorgung in Deutschland zu sichern. Dafür fördert die DGN Wissenschaft und Forschung sowie Lehre, Fort- und Weiterbildung in der Neurologie. Sie beteiligt sich an der gesundheitspolitischen Diskussion. Die DGN wurde im Jahr 1907 in Dresden gegründet. Sitz der Geschäftsstelle ist Berlin. [www.dgn.org](http://www.dgn.org)