



<https://biz.li/54he>

# IMMER MEHR HANNOVERANER LEIDEN UNTER MIGRÄNEBEDINGTEN SEHSTÖRUNGEN – SO KÖNNEN SIE DAMIT UMGEHEN

Veröffentlicht am 14.04.2025 um 08:42 von Redaktion Burgwedel-Aktuell

Migräne ist eine sehr häufige neurologische Erkrankung in Deutschland. Laut der Deutschen Gesellschaft für Neurologie sind über 8 % der Männer und bis zu 14 % der Frauen im Land davon betroffen. Natürlich bildet Hannover hier keine Ausnahme. Bemerkenswert ist jedoch, dass viele Menschen in der Region eine spezielle Migräneform erleben, die normalerweise nur selten unter Betroffenen auftritt.

Die sogenannte okuläre Migräne tritt in zwei Formen auf: Migräne mit Aura und retinale Migräne. Die örtliche ambulante Klinik OP-Ambulanz Schmerzzentrum berichtet, dass bis zu 20 % der Migränepatienten in Hannover Migräne mit Aura erfahren – das sind mehr als 230.000 Menschen.



© Pexels

Leider können okuläre Migränen mehr als nur Schmerzen und Unwohlsein verursachen. Unbehandelt können sie die Lebensqualität erheblich beeinträchtigen – und im schlimmsten Fall sogar zu Sehverlust führen. Um dem vorzubeugen, finden Sie hier weitere Informationen zu den Ursachen und wie Sie am besten damit umgehen können.

## Warum okuläre Migräne auftritt

Der Zusammenhang zwischen Sehkraft und Migräne hängt mit den Abläufen im Gehirn während einer Migräne zusammen. Zwar wissen wir noch nicht genau, was die Ursache der Erkrankung ist, aber wir wissen, dass eine Migräne mit einer Überstimulation des Gehirns beginnt, gefolgt von einer Reduktion der Aktivität in bestimmten Regionen. Man kann sich das vorstellen wie eine Stadt, in der alle Lichter plötzlich angehen – gefolgt von einem Stromausfall in einzelnen Stadtteilen.

Bei manchen Patienten ist der Okzipitallappen betroffen – der Teil des Gehirns, der für die visuelle Verarbeitung zuständig ist. Das bedeutet, dass die Augen zwar weiterhin Informationen senden, diese jedoch falsch interpretiert werden. Das führt zu Sehstörungen, die unangenehm oder sogar schmerzhaft sein können. Das ist auch der Grund, warum die Augen während einer Migräne besonders empfindlich auf helles Licht reagieren.

## Wie man okuläre Migräne behandelt

### Migräne mit Aura

Bei dieser Art der Migräne bezeichnet „Aura“ sensorische Störungen. Neben Geruchs- oder Sprachstörungen treten vor allem visuelle Auren auf. Dazu gehören z.B. flackernde Lichter, Zickzackmuster oder Sternchen. Auch wenn sie in der Regel harmlos sind, können sie bei gefährlichen Aktivitäten wie dem Autofahren ein Risiko darstellen. Zur Linderung empfiehlt es sich, sich in einen dunklen Raum zurückzuziehen, bis die Migräne abklingt. Alternativ können auch symptommildernde Maßnahmen helfen, wenn man sich keine Ruhe gönnen kann.

Für Büroangestellte kann eine [Brille](#) besonders hilfreich sein, da man sie mit Blaulichtfilter-Gläsern kaufen kann. Brille24, das über 2.000 Brillenmodelle online anbietet, verkauft spezielle Arbeitsplatzbrillen mit solchen Gläsern. Diese blockieren blauviolett Licht – ein bekannter Auslöser für Migräne – und lindern dadurch die Symptome am Arbeitsplatz.

Wenn Sie nach draußen gehen müssen, können Sonnenbrillen verhindern, dass das Sonnenlicht Ihre Migräne verschlimmert. Auf Amazon gibt es z.B. Modelle mit FL-41-Tönung von Marken wie TheraSpecs. Diese sind speziell dafür entwickelt, Lichtempfindlichkeit bei Migränepatienten zu verringern. Wichtig ist jedoch, solche Brillen nicht in Innenräumen zu tragen, da sich die Augen an die Dunkelheit gewöhnen und dadurch lichtempfindlicher werden – was wiederum eine Migräne auslösen kann.

## **Retinale Migräne**

Retinale Migräne gilt als schwerwiegender, da sie die Blutgefäße verengt, den Blutfluss reduziert und vorübergehenden Sehverlust auf einem Auge verursachen kann. Sie tritt meist plötzlich auf und dauert zwischen 10 Minuten und einer Stunde. Wie bei der Migräne mit Aura helfen Ruhe in einem dunklen Raum sowie geeignete Brillen und Sonnenbrillen, die Beschwerden zu lindern. Aufgrund des möglichen dauerhaften Sehverlustes sind jedoch weitergehende Maßnahmen notwendig.

Da retinale Migräne viele Ursachen haben kann, ist es hilfreich, jedes Mal zu dokumentieren, welche Auslöser beteiligt sein könnten. So lässt sich eine gezieltere Behandlungsstrategie entwickeln. Wenn Sie z.B. vor der Migräne geraucht, Kaffee oder Cola getrunken oder hormonelle Verhütungsmittel eingenommen haben, kann es sinnvoll sein, mit dem Rauchen aufzuhören, den Koffeinkonsum zu reduzieren oder mit dem Arzt über alternative Verhütungsmethoden zu sprechen.

Um Sehstörungen aufgrund von Migräne zu verhindern, ist es außerdem wichtig zu wissen, wann man einen Augenarzt aufsuchen sollte. Wenn Sie z.B. unter Migräne leiden und zum ersten Mal blinde Flecken bemerken, kann eine augenärztliche Untersuchung klären, ob es sich tatsächlich um migränebedingten Sehverlust handelt oder ob eine andere Krankheit dahintersteckt. Auch wenn Ihre retinalen Migräneanfälle häufiger oder stärker werden, sollten Sie medizinische Hilfe in Anspruch nehmen. Um eine schnelle Behandlung zu erhalten, suchen Sie am besten den nächstgelegenen Anbieter auf. In Burgwedel kann dies beispielsweise die Augenklinik Dr. Hoffmann in der Dr.-Albert-David-Straße sein.