

35. Deutscher Heilpraktikertag  
5. Mai 2018, AREAL BÖHLER, Düsseldorf

## **Den Kopf befreien und Lebensqualität zurückgewinnen: Alternative Behandlungsverfahren bei Kopfschmerzen**

**Düsseldorf – Es hämmert und pocht unablässig im Kopf, so dass klares Denken kaum möglich ist. Nach Angaben der Deutschen Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft (DMKG) haben rund 70 Prozent der Bevölkerung innerhalb eines Jahres mit solchen Beschwerden zu kämpfen. Wie der Arztreport 2017 der Barmer Ersatzkasse darlegt, stieg der Anteil der Kopfschmerzdiagnosen zwischen 2005 und 2015 um gut 12 Prozent. Viele der Betroffenen greifen daher regelmäßig zu Medikamenten. Ein übermäßiger Gebrauch birgt jedoch die Gefahr, dass die Beschwerden chronisch werden. Welche Möglichkeiten die Naturheilkunde Kopfschmerzpatienten bietet, darüber sprechen Experten im Rahmen des diesjährigen 35. Deutschen Heilpraktikertags. Die Vortragsreihe „Forum DHZ“ widmet sich möglichen Ursachen und Therapiemöglichkeiten der Beschwerden. Vier Fachleute stellen praxiserprobte Behandlungsstrategien bei Spannungskopfschmerzen, akuter und chronischer Migräne vor. Die Tagung für Heilpraktiker, Heilpraktikeranwärter, Ärzte sowie andere Heilberufe findet gemeinsam mit der „CAM 2018 – Europäische Fachmesse für komplementäre und alternative Medizin“ in den alten Schmiedehallen auf dem AREAL BÖHLER in Düsseldorf statt.**

„Rund 250 verschiedene Kopfschmerzarten sind heute bekannt. Ausprägung und Ursachen sind sehr individuell. Die Vorträge im diesjährigen Forum DHZ beschäftigen sich deshalb mit den Elementen einer fundierten Differenzialdiagnose, um die Ursachen genau zu klären und eine individuelle Behandlungsstrategie für die Betroffenen zu entwickeln“, kündigt Christian Böser, Programmplaner Heilpraktiker im Haug Verlag, an. Der Haug Verlag richtet in Kooperation mit dem BDH – Bund Deutscher Heilpraktiker den Deutschen Heilpraktikertag und die CAM aus. Während dem einen Patienten eine sanfte Wirbelsäulentherapie hilft, weil seine Beschwerden durch Verspannungen ausgelöst werden, kann für andere die Einnahme von Schüßlersalzen hilfreich sein.

Gudrun Nebel stellt in ihrem Vortrag Basiskonzepte gegen Spannungskopfschmerzen vor. Sie gelten als häufigste Kopfschmerzart, neben der Migräne. Die Ursachen sind bei den Betroffenen unterschiedlich und greifen oft ineinander. „Stress begünstigt beispielsweise Spannungskopfschmerzen. Er führt zu einer Übersäuerung im Körper, die durch Medikamente oder eine unausgewogene Ernährung noch verstärkt werden kann. Auch exzessiver Sport kann zu einer Schiefelage der Säure-Basen-Balance im Körper beitragen“, erklärt die Heilpraktikerin und Ernährungsberaterin. Bei anderen Patienten löst

gegebenenfalls eine Nahrungsmittelunverträglichkeit, etwa gegen Histamin in Rotwein oder Käse, die Kopfschmerzen aus.

Zu einer ausführlichen Anamnese gehört für Gudrun Nebel daher ein Ernährungsprotokoll. Daran lässt sich meist schon ablesen, ob die Ernährung insgesamt auf den Prüfstand gehört oder einzelne Nahrungsmittel Ursache des Problems sein könnten. Eine Blutuntersuchung kann Aufschluss darüber geben, ob ein Vitamin- oder Mineralstoffmangel vorliegt, den es auszugleichen gilt.

„Der erste Schritt besteht in der Regel darin, den Körper zu entgiften und ihn zu entsäuern“, so Gudrun Nebel. Sind Nahrungsmittelunverträglichkeiten erkennbar, sollten die betreffenden Lebensmittel vom Speiseplan gestrichen werden. Zusätzlich kann die Gabe von Mineralstoffen wie Vitamin B6 helfen. Es fördert die Bildung von Serotonin. „Ist zu wenig von dem auch als Glückshormon bezeichneten Botenstoff vorhanden, nehmen wir Schmerzen schneller wahr“, erklärt die Referentin.

Mehr über die Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten von Spannungskopfschmerzen lesen Sie auch hier [im ausführlichen Interview mit Gudrun Nebel](#).

Der 35. Deutsche Heilpraktikertag (DHT) richtet sich an Heilpraktiker, Heilpraktikeranwärter, Ärzte sowie andere Heilberufe. Veranstalter ist der Haug Verlag in Georg Thieme Verlag KG in Kooperation mit dem BDH – Bund Deutscher Heilpraktiker e.V.

**Ansprechpartner für Besucher:**

35. Deutscher Heilpraktikertag, c/o Haug Verlag, Rüdigerstraße 14, 70469 Stuttgart, Tel: +49 (0) 711/8931-541, Fax: +49 (0) 711/8931-370, E-Mail: [dht@thieme.de](mailto:dht@thieme.de), Internet: [www.heilpraktikertag.de](http://www.heilpraktikertag.de).

Alle Informationen finden Sie hier: [35. Deutscher Heilpraktikertag](#)

**Ihr Kontakt für Rückfragen:**

Pressestelle CAM/DHT 2018  
Catrin Hölbling  
Pf 30 11 20, 70451 Stuttgart  
Tel.: +49 (0)711 8931-141  
Fax: +49 (0)711 8931-167  
E-Mail: [catrin.hoelbling@thieme.de](mailto:catrin.hoelbling@thieme.de)