

## SELBSTHILFEGRUPPE „KOPFWEH“

# Wenn der Schmerz das Leben bestimmt ...

Seit 20 Jahren leidet Martina Simader an Kopfschmerzen. Jetzt hat sie die Selbsthilfegruppe „Kopfweh“ in Wien gegründet, um anderen Betroffenen zu helfen, ihren Leidensweg zu verkürzen. Was raten Sie Betroffenen?



◆ **Martina Simader**, [www.shgkopfweh.at](http://www.shgkopfweh.at)

ZOUFAL

### **MARTINA SIMADER:**

Nehmen Sie Ihre Schmerzen ernst und suchen Sie einen Neurologen auf. Es ist ratsam, einen Kopfweh-Kalender zu führen, damit erleichtern Sie Ihrem Arzt die Diagnosestellung. So kann er Ih-

nen sofort das richtige Medikament verschreiben. Setzt man das richtige Medikament zur richtigen Zeit ein, erspart man sich viele quälende Stunden.

*Welche Ziele hat Ihre Selbsthilfegruppe?*

**SIMADER:** Ich möchte meine Erfahrungen mit Betroffenen teilen und über das Krankheitsbild informieren, denn auch diese Krankheit muss man ernst nehmen. Betroffenen fehlt oft das Verständnis seitens Lebenspartner, Familie und Freunden.

*Welche Aktivitäten plant die Selbsthilfegruppe?*

**SIMADER:** Bei uns wird es monatlich ein Treffen mit Erfahrungsaustausch geben und vierteljährlich einen Fachvortrag zum Thema Kopfschmerz. Ich freue mich sehr auf Ihr Kommen!

**AM MONTAG**, 2. Juni, um 19 Uhr, findet kostenlos die erste „Kopfweh“-Veranstaltung im Wiener Hilfswerk, Schottenfeldgasse 29, 1070 Wien, statt. Univ.-Prof. Dr. Peter Wessely hält den Vortrag „Symptome und Therapiemöglichkeiten bei Migräne, Spannungs-, Cluster- und medikamentenindiziertem Kopfschmerz“.