

## «WHO IS WHO» DER MIGRÄNIKER

«Das Versteckspiel kostet unnötig viel Kraft», bestätigen die Kopfschmerzexperten. Migräne sei kein Makel, sondern vielmehr ein Zeichen für ein Gehirn, das besonders gut und schnell arbeitet.

Berühmte männliche Migränepatienten seien beispielsweise Entertainer Harald Schmidt und das Jahrhundertgenie Albert Einstein.

Als Migräniker(in) sind Sie also in bester Gesellschaft.

### BERÜHMTE MALER



#### Giorgio de Chirico

Der italienische Maler Giorgio de Chirico litt seit der Kindheit an Migräne und erlebte intensive Auren. Seine «Metaphysische Malerei» gilt als Vorläufer des Surrealismus und wurde zum Vorbild für Picasso, Magritte, Ernst und Dalí, der übrigens ebenfalls unter Migräne litt.



#### Yayoi Kusama

Auch aus der heutigen Kunstszene gibt es Beispiele: Die Japanerin Yayoi Kusama nutzt ihre Halluzinationen als Inspirationsquelle. Sie ist für ihre Netzmuster, die Polka-Dots und ihre verformten Stoffskulpturen berühmt.



#### Salvatore Dalí

Dalí malte eines seiner berühmtesten Bilder mit zerlaufenden Uhren als Motiv während einer Migräneattacke: «Obwohl meine Kopfschmerzen so stark geworden waren, dass sie mich sehr quälten, bereitete ich gierig meine Palette vor und machte mich an die Arbeit».



### **Vincent van Gogh**

Vincent van Gogh hat angeblich auf die Leinwand gebracht, wie sich das Sehen während der Aura verändert - einem Zustand, der bei einigen Patienten den Migräneanfällen vorausgeht. Das Ergebnis soll der verschwommene, scheinbar wabernde Himmel auf seinem Bild «Sternennacht» sein.



### **Claude Monet**

Auch der Impressionist Claude Monet war von Migräne geplagt.

---

## **BERÜHMTE MUSIKER**



### **Gustav Mahler**

In Wien ging der Dirigent und Komponist wegen seiner Migräneanfälle regelmässig zum Arzt.



### **Frédéric Chopin**

Der aus Polen stammende Komponist hatte grosse gesundheitliche Probleme und litt wahrscheinlich unter Migräne. Es gibt aber auch Mediziner, die sein Krankheitsbild mit Epilepsie erklären.



### **Richard Wagner**

Wie ein heraufziehendes Gewitter kündigt sich seine Oper «Siegfried» im ersten Akt an. Für den Migräne-Experten Hartmut Göbel von der Schmerzlinik Kiel ist klar: Hier hat Wagner sein Leiden an der Migräne vertont, die viele auch als Gewitter im Kopf bezeichnen.

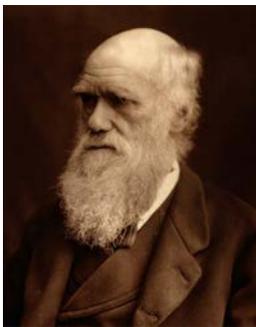


### **Claude Debussy**

Der Franzose berichtete von musikalischen Träumen, die von Kopfschmerzattacken ausgelöst worden sein sollen.

---

## **BERÜHMTE FORSCHER**



### **Charles Darwin**

Der Wissenschaftler hatte immer wieder gesundheitliche Probleme. Mediziner wollen herausgefunden haben, dass er unter zyklischem Erbrechen litt - und auch unter heftigen Kopf- und Bauchschmerzen.



### **Alfred Nobel**

Der Erfinder des Dynamits soll ebenfalls ein Migränepatient gewesen sein. Die von ihm ins Leben gerufene Stiftung vergibt bis heute die legendären Nobelpreise.



### **Marie Curie**

Die französische Wissenschaftlerin bekam den Nobelpreis gleich zweimal - in Physik und Chemie. Wegen heftiger Migräne-Attacken hätte sie im Alter von 20 Jahren beinahe ihr Studium abgebrochen.

---

## **BERÜHMTE PHILOSOPHEN + AUTOREN**

**Friedrich Nietzsche, Heinrich Heine, Wilhelm Busch, Hildegard von Bingen, Karl Marx:** Sie alle hatten einen genialen Kopf, aber leider oft auch Migräne.

- **Sigmund Freud** hatte wegen Migräne keine Sprechstunde:  
Wenn bei dem Begründer der Psychoanalyse Sigmund Freud wieder einmal so weit war, durften seine sechs Kinder keinen Lärm machen, und die Patientengespräche wurden abgesagt. Freud hatte eine klassische Migräne mit Aura, die er «scheusslich», aber auch «faszinierend» fand.
- **Oliver Sacks** hat sogar ein ganzes Buch über Migräne geschrieben.
- **Miguel de Cervantes**, dessen Don Quichotte oft den Kopf hängen liess.
- **Friedrich Nietzsche**, dem es schon besser ging, wenn er vor der Migräne in die Schweizer Berge nach Sils Maria flüchtete.
- **Lewis Carroll**, der die Symptome seiner Migräne in «Alice im Wunderland» verarbeitet hat.
- **Heinrich Heine** war Zeit seines Lebens geräuschempfindlich. Was für ihn eine «kleine Hölle, die man im Gehirn trägt...» war.
- Dichterin **Emily Dickinson** beschreibt es wie «ein Begräbnis im Gehirn».
- **Joan Didion** geht noch einen Schritt weiter: «Dass noch niemand an Migräne gestorben ist, erscheint jedem, der sich mitten in einem Anfall befindet, als ein schwacher Trost.»
- **Virginia Woolf**: «Das Englische, das die Gedanken Hamlets und die Tragödie von Lear ausdrücken kann, hat keine Worte für Fieberschauer und das Kopfweh».

## BERÜHMTE SPORTLER



### **Serena Williams**

Nach intensiven Kopfschmerzen an einem Turnierspiel, erkannte Tennis-Star Serena Williams, dass ihre Kopfschmerzen mit ihrem Menstruationszyklus verbunden waren. «Ich habe nie zuvor von [Menstruation Migräne] gehört», sagt sie. «Die ganze Zeit dachte ich, es wäre eine regelmässige Migräne». Ihr Arzt hat ihr Medikamente vorschlagen um ihren Hormonspiegel zu glätten.



### **Troy Aikman**

Hall of Fame Quarterback Troy Aikman hatte bereits Kopfschmerzen, als er ein Junge war. «Wenn man seinen Lebensunterhalt bestreitet, hat fast jeder Kopfweh, also wird nicht viel darüber geredet», sagt Aikman. Ständige Reisen und fehlender Schlaf verschlimmerten sie.



### **Terrell Davis**

Wegen Kopfschmerz unterbrach der ehemalige Denver Bronco Terrell Davis seinen Einsatz während des Super Bowl 1998. «Ich sah doppelt und dreifach», sagt er. Nach der Einnahme von Medizin erzielte Davis einen Touchdown und wurde MVP des Spiels. Als er anfang, Migräne zu bekommen, erzählte Davis niemandem davon. «Ich dachte, die Leute würden mich für verrückt halten», sagt er.



### **Kareem Abdul-Jabbar**

Basketball-Legende Kareem Abdul-Jabbar macht Stress für seinen wiederkehrenden Kopfschmerz verantwortlich. Stress kann dazu führen, dass sich die Muskeln im Nacken und in der Kopfhaut zusammenziehen, was zu Spannungs- und Migräne-Kopfschmerzen führt. Seit seiner ersten Migräne im Alter von 14 Jahren, hat Abdul-Jabbar eine Vielzahl von Stress-Lindern verwendet, darunter Yoga, Akupunktur, Massage und Biofeedback. «Stress kann man nicht eliminieren, aber ich habe es geschafft zu lernen, wie man damit umgeht».

---

## **BERÜHMTE SCHAUSPIELER**



### **Katja Flint**

Erfolgreiche deutsche Film- und TV-Darstellerin. Bekannt wurde sie mit Kinofilmen wie «Marlene» und «Die weiße Massai».



### **Ben Affleck**

Schauspieler und Regisseur Ben Affleck ist unter denen, die durch Migräne stark eingeschränkt wurden. Während der Regie für «Gone Baby Gone», befahl ihn eine so starke Migräne, dass er ins Krankenhaus gebracht werden musste. Ben sagt: «Ein regelmässiger Schlafrythmus hilft Migräne zu verhindern. Geh ins Bett und stehe jeden Tag zur gleichen Zeit auf, auch an den Wochenenden».



### **Jessica Biel**

Sie setzt vor allem auf ausgewogene Ernährung und Sport als Migräne-Therapie. Es sei sogar ihr Hauptgrund für körperliches Training. Zwar sei gutes Aussehen in der Branche ein wichtiger Faktor für Erfolg, doch spiele der Aspekt angesichts Ihrer Migräne-Anfälle nur eine untergeordnete Rolle.



### **Kristin Chenoweth**

Schauspielerin und Sängerin Kristin Chenoweth gewann den Oscar, sie weinte und bekam dann eine Migräne Attacke. Sie twitterte sogar darüber.



### **Lisa Kudrow**

Kindheitsausflüge nach Disneyland – für Schauspielerin Lisa Kudrow: «Ein Tag der Aufregung und Essen das immer in einem schrecklichen Kopfschmerzen enden würde», sagt sie. Kudrows Vater und Geschwister waren auch mit Migräne Schmerzen vertraut.



### **Marcia Cross**

Schauspielerin Marcia Cross schien unaufhaltsam als perfektionistische Bree Van de Kamp auf der TV – Show Desperate Housewives. Off-Kamera, kämpft sie mit Migräne. «Mit einer Migräne zu Arbeiten versuchen, war für mich unmöglich», sagt sie. «Mir wurde übel und meine Vision war betroffen.» Triptane helfen ihr die Migräneschmerzen und Übelkeit zu reduzieren.

---

## **BERÜHMTE MUSIKER**



### **Janet Jackson**

Im Jahr 2008 hat Sängerin Janet Jackson eine Reihe von Konzerten abgesagt aufgrund Ihrer vestibulären Migräne. Ein Gefühl, dass der ganze Raum dreht. Helle Lichter und laute Töne sind tabu.



### **Carly Simon**

Grammy-Gewinnerin Carly Simon hat viele Änderungen am Lebensstil vorgenommen, um Kopfschmerzen vorzubeugen. «Ich rauche nicht, ich schlafe acht Stunden und Kaffee ist nicht Teil meines Lebens», sagt Simon. Sie vermeidet auch Alkohol.