

PRESSEMITTEILUNG DES MEDIZINISCHEN DIENSTES BUND

Essen, 18. Oktober 2023

## **Akupunktur nützt zur Vorbeugung von Migräneanfällen, unklarer Nutzen bei Vorbeugung von Spannungskopfschmerzen**

**Der IGeL-Monitor hat erneut den Nutzen und Schaden der „Akupunktur zur Vorbeugung von Migräneanfällen“ und der „Akupunktur zur Vorbeugung von Spannungskopfschmerzen“ untersucht und kommt zu dem gleichen Ergebnis wie bei der ersten Untersuchung dieser beiden Selbstzahlerleistungen (IGeL) im Jahr 2012: Studien geben Hinweise, dass Akupunktur helfen kann, Migräneanfällen vorzubeugen und/oder deren Intensität abzuschwächen. Das wissenschaftliche Team des IGeL-Monitors bewertet diese IGeL deshalb mit „tendenziell positiv“. Keine Hinweise auf einen Nutzen fand das Team zur Frage, ob die Akupunktur Spannungskopfschmerzen vorbeugen kann und bewertet diese IGeL mit „unklar“.**

Der Nutzen und Schaden von Akupunktur zur Migräneprophylaxe wurde in den Studien mit einer vorbeugenden Medikamentengabe, einer Scheinakupunktur oder keiner vorbeugenden Behandlung verglichen. Im Vergleich mit der vorbeugenden Medikamentengabe sind die Ergebnisse der Akupunktur gleichwertig (z.B. bei der Anzahl von Migräneanfällen) und zum Teil besser (z. B. bei der Stärke der Kopfschmerzen). Zudem berichteten Patientinnen und Patienten von weniger Nebenwirkungen bei der Behandlung mit einer Akupunktur verglichen mit einer medikamentösen Behandlung. Verglichen mit der Scheinakupunktur zeigt die Akupunktur in den Studienergebnissen keine Unterschiede. Im Vergleich mit keiner vorbeugenden Behandlung zeigt die Akupunktur bessere Ergebnisse.

Zur Vorbeugung von Spannungskopfschmerzen geben die Ergebnisse der Studien keinen Hinweis auf einen Nutzen der Akupunktur. Zum Vergleich der Akupunktur mit keiner vorbeugenden Behandlung gibt es nur unzureichende Daten und keine Ergebnisse über einen längeren Zeitraum. Gegenüber einer Scheinakupunktur fehlen Hinweise auf einen Vorteil der Akupunktur. Für einen Vergleich der Akupunktur mit der Gabe von Medikamenten zur Vorbeugung von Spannungskopfschmerzen liegen keine Studien vor.

Bei der Migräne kommt es zu wiederkehrenden Kopfschmerz-Attacken, die bis zu 72 Stunden anhalten können. Typisch sind mäßige bis starke, einseitig pulsierende Schmerzen, die durch körperliche Aktivität verstärkt werden können. Häufig gehen sie mit Übelkeit oder Empfindlichkeit gegenüber Licht und Lärm einher. Spannungskopfschmerz ist weltweit die häufigste Kopfschmerzart. Ein Viertel der Erwachsenen in Deutschland gibt an, darunter zu leiden. Typisch für Spannungskopfschmerzen sind drückende oder beengende Kopfschmerzen, die leicht bis mittelstark sein können.

[Zur Bewertung der „Akupunktur zur Vorbeugung von Migräneanfällen“ im IGeL-Monitor.](#)

[Zur Bewertung der „Akupunktur zur Vorbeugung von Spannungskopfschmerzen“ im IGeL-Monitor.](#)

Hintergrund:

Unter [www.igel-monitor.de](http://www.igel-monitor.de) erhalten Versicherte evidenzbasierte Bewertungen zu sogenannten Selbstzahlerleistungen. Der IGeL-Monitor wird vom *Medizinischen Dienst Bund* betrieben, der von den 15 Medizinischen Diensten in den Ländern getragen wird. Der *Medizinische Dienst Bund* koordiniert und fördert die fachliche Arbeit der Medizinischen Dienste und erlässt Richtlinien, um die Begutachtung und Beratung nach bundesweit einheitlichen Kriterien sicherzustellen.

Der IGeL-Monitor bietet evidenzbasierte Gesundheitsinformationen zu 65 Selbstzahlerleistungen oder IGeL (individuelle Gesundheitsleistungen).

57 davon hat das wissenschaftliche Team wie folgt bewertet:

|                     |    |
|---------------------|----|
| positiv             | 0  |
| tendenziell positiv | 2  |
| unklar              | 26 |
| tendenziell negativ | 25 |
| negativ             | 4  |

Zwei der IGeL-Leistungen wurden zwischenzeitlich in den GKV-Leistungskatalog aufgenommen. Sechs IGeL wurden nicht bewertet, sondern nur beschrieben (z.B. Reise-Impfungen, Atteste und Sportchecks).

Die IGeL-Bewertungen werden laufend erneuert und aktualisiert.

---

**Pressekontakt:**

Andreas Lange  
Freier Journalist  
Redakteur IGeL-Monitor

Mobil: 0171 53 29 814

E-Mail: [presse@igel-monitor.de](mailto:presse@igel-monitor.de)