

Migräne > Beruf

Inhaltsverzeichnis [\[Verbergen\]](#)

- [1. Das Wichtigste in Kürze](#)
- [2. Migräne am Arbeitsplatz](#)
- [3. Umgang mit Migräne](#)
- [4. Schwerbehinderung und Rente](#)
- [5. Verwandte Links](#)

1. Das Wichtigste in Kürze

Ein Migräneanfall schränkt die Leistungsfähigkeit ein. Kollegen und Vorgesetzte sollten offen über die Krankheit informiert werden, dann ist ein angemessener Umgang mit Anfällen möglich. Eine Ruhepause und die individuell richtige Medikation können Ausfallzeiten minimieren.

2. Migräne am Arbeitsplatz

Migräne hält sich nicht an Arbeitszeiten. Jeder vierte Deutsche leidet an durchschnittlich 36 Tagen im Jahr an Migräne. Migräne muss jedoch heute nicht mehr zwangsläufig zu längerem Arbeitsausfall führen, da die medikamentösen Behandlungsmöglichkeiten meist effektiv und gut verträglich sind.

Migränepatienten sollten sowohl im beruflichen als auch privaten Umfeld offen über ihre Krankheit sprechen. Die Erkrankung wird von Nichtbetroffenen meist nicht ernst genommen. Kollegen und Vorgesetzte reagieren mit Unverständnis, wenn wegen Migräne Termine nicht eingehalten oder Besprechungen versäumt werden. Deshalb und aus Angst um den Arbeitsplatzverlust wird unter Schmerzen weiter gearbeitet.

Während einer Migräneattacke ist es jedoch nicht möglich, mit voller Leistung weiter zu arbeiten. Migräne bedeutet, dass die Konzentration sinkt, die Arbeitsabläufe langsamer werden und die Fehlerquote steigt.

3. Umgang mit Migräne

Die Einsatzfähigkeit am Arbeitsplatz kann durch Migräneattacken erheblich eingeschränkt sein. Viele Migräniker leiden vor oder während einer Attacke unter Augenflimmern, Konzentrationsstörungen Wortfindungsstörungen. Dies birgt je nach Beruf erhebliche Risiken.

Zu hohe Erwartungen an sich selbst und andere sollten aufgegeben werden. Der Betroffene sollte lernen, Überforderungen zu erkennen und abzuwehren. Kündigt sich eine Migräneattacke an, muss der Migräniker entscheiden: Bleiben oder nach Hause gehen. Bleiben bedeutet, den Anfall durchzustehen und genau zu wissen, dass die Leistung nicht optimal ist. Nach Hause gehen heißt, auf Arbeitskollegen und Vorgesetzte einen schlechten Eindruck zu machen.

Besser sähe die Situation aus, wenn Betroffene am Arbeitsplatz die Möglichkeit hätten, ihre Arbeit kurzfristig zu unterbrechen und sich in einen Ruheraum

zurückzuziehen, bis das Schlimmste vorbei ist und/ oder ein Medikament gewirkt hat.

Problematisch, aber in der Realität nicht selten, ist, dass Betroffene Medikamente einnehmen, um weiter arbeiten zu können, oft häufiger und in höheren Dosen als sie eigentlich wollten. Das birgt die Gefahr, dass die Abstände zwischen den Migräneattacken kürzer und Kopfschmerzen irgendwann zum Dauerzustand werden.

Migräne und ihre Auswirkungen sollten aufgrund ihrer Häufigkeit auch im Berufsleben ein Thema sein. Mehr Information schafft Klarheit und fördert ein Verständnis, das sich nicht in gut gemeinten Ratschlägen erschöpft, sondern in echter Anteilnahme zeigt. Im offenen Gespräch zwischen Vorgesetzten und Migränebetroffenen können Lösungen gesucht werden. Wichtige Fragen sind, wie Leistungsschwankungen ausgeglichen oder Ausfälle aufgefangen werden können. Damit wäre nicht nur den Betroffenen, sondern auch den Arbeitskollegen und dem Unternehmen gedient.

4. Schwerbehinderung und Rente

Bei Migräne kann vom Versorgungsamt eine Behinderung anerkannt werden, Näheres unter [Migräne > Schwerbehinderung](#).

Schwere Verlaufsformen der Migräne können eine oder eine [Abgestufte Erwerbsminderungsrente](#) oder eine [Altersrente für Schwerbehinderte](#) ab 63 Jahren begründen.

5. Verwandte Links

[Arbeitsunfähigkeit](#)

[Entgeltfortzahlung](#)

[Arbeiten bei Schmerzmitteleinnahme.](#)

[Migräne](#)

[Migräne > Allgemeines](#)

[Migräne > Behandlung](#)

Letzte Aktualisierung am 20.10.2009

Redakteur/ in: Gabriele Bayer

© 2009 [beta Institut](#) gemeinnützige GmbH | [Kontakt](#) | [Impressum](#)