

Servus ,

Hab schon länger ein SE und hab's mittlerweile schon ein bisschen besser im Griff aber gibt eben Höhen und tiefen.

Wollte mal an diejenigen fragen die darunter leiden :

1. Was ist euch aufgefallen an Tagen bei denen die Kopfhaut nicht so gut ist ?

2. Was nutzt ihr dagegen ?

3. Womit habt ihr ganz schlechte Erfahrungen gemacht ?

Würd mich interessieren weil ich bei mir des Öfteren festgestellt habe das schlaf und Stress bei mir eine große Rolle spielt und würd mich interessieren ob ihr des auch festgestellt habt. Heute z.B in der Nacht Zahnschmerzen gehabt und nur 3 Stunden geschlafen , stressigen Tag gehabt und Zack ist die Kopfhaut schlechter als gestern . Ist mir schon des Öfteren aufgefallen das des irgendwie bei mir zusammenhängt .