

McDonald's als Migräne-Held: Cola und Pommes sollen helfen!

Ein TikTok-Video zeigt, wie Cola und Pommes von McDonald's Migräne lindern können. Experten bestätigen die Wirkung von Koffein.



McDonald's, Österreich - Eine neue Diskussion über die Behandlung von Migräne hat in den sozialen Medien begonnen. Ein TikTok-Video sorgt für Aufsehen, indem es behauptet, dass eine große Cola und Pommes von McDonald's Wunder wirken können. Laut dem **oe24** berichteten Hunderte von Nutzern, dass diese Kombination ihre Kopfschmerzen „sofort“ lindere. Die TikTok-Nutzerin @MillyHancockk testete das „McMigräne-Mahlzeit“ und teilte mit, dass sie nach 48 Stunden mit Kopfschmerzen eine signifikante Linderung verspürte. Ihr Video wurde fast 4 Millionen Mal angesehen und zog zahlreiche Kommentare nach sich, in denen andere Nutzer ähnliche Erfahrungen schilderten.

Besonders interessant ist die Bestätigung eines Kommentators aus der Neurologie, der erwähnte, dass Kopfschmerzspezialisten tatsächlich diese Methode empfehlen. Ein weiterer Nutzer berichtete von sofortiger Besserung durch die Kombination aus Cola und Pommes. Aber was steckt hinter diesem angeblichen Heilmittel?

Die Wirkung von Koffein und Natrium

Wie **Spoon University** berichtet, scheint die Kombination aus Soda und Pommes vor allem aufgrund ihrer Inhaltsstoffe zu wirken. Die Lifestyle-Content-Creatorin Kellcee McSwain bezeichnete diese Mischung als ihr „ultimatives Migräneessen“. Nutzerin Destiny Rivera behauptet, dass ihr damit binnen Minuten geholfen werden konnte. Untersuchungen legen nahe, dass insbesondere die Inhaltsstoffe Salz, Kohlenhydrate, Koffein und Zucker zur Linderung beitragen könnten.

Eine 12-Unzen-Dose Coca-Cola enthält etwa 34 Milligramm Koffein, was ungefähr einem Drittel der Koffeinmenge in einer normalen Tasse Kaffee entspricht. Studien zeigen, dass Koffein sowohl Migränesymptome auslösen als auch lindern kann. Eine ältere Studie in der Zeitschrift JAMA Neurology fand heraus, dass Koffein in Kombination mit rezeptfreien Medikamenten wie Aspirin wirksam ist. Zudem könnte das Salz aus den Pommes bei Natrium-Entzugserscheinungen helfen.

Koffein: Trigger oder Therapie?

Die Diskussion über die Rolle von Koffein in der Migränetherapie ist vielschichtig. Laut **Deutsches Gesundheitsportal** zeigen 17 von 21 Studien, dass Koffein oder Koffeinentzug bei 2 bis 30 Prozent der Teilnehmer Migräneattacken auslösen kann. Trotz dieser Erkenntnisse gilt Koffein in behandelnden Studien als sicher und effektiv für akute Migräne, besonders in Kombination mit Schmerzmitteln.

Die empfohlene maximale Koffeinmenge liegt bei 200 mg pro

Tag, was etwa 2 bis 3 Tassen Kaffee entspricht. Wichtig ist eine konsistente Koffeinaufnahme, um Entzugskopfschmerzen und damit verbundene Migräneattacken zu vermeiden. Allerdings könnten langfristige Lösungen zur Migränebehandlung nicht allein auf Genussmitteln wie Cola und Pommes basieren.

Celine Beitchman, Direktorin für Ernährung, rät dazu, individuelle Auslöser zu identifizieren und einen ausgeglichenen Lebensstil zu pflegen. Dazu zählen regelmäßige Mahlzeiten, ausreichend Schlaf und Stressreduktion. Während die Kombination aus Cola und Pommes für manche eine schnelle Linderung bieten mag, sollte sie nicht als dauerhafte Lösung betrachtet werden.

Details	
Vorfall	Migräne
Ort	McDonald's, Österreich
Quellen	• www.oe24.at • spoonuniversity.com • www.deutschesgesundheitsportal.de

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at