

Migraine

Inleiding

Migraine is een hersenziekte die erge hoofdpijn veroorzaakt. Elke dag hebben zo'n 70.000 Nederlanders een migraineaanval. Bij vrouwen komt migraine 3 keer zoveel voor dan bij mannen. Wist u dat migraine op de 2^e plek ter wereld staat van ziektes die u in het dagelijks leven beperken? Vaak zit er niets anders op dan te gaan liggen en te rusten.

Klachten

Een migraineaanval is veel meer dan gewoon hoofdpijn. Migraine geeft vaak een combinatie van verschillende verschijnselen bijvoorbeeld: misselijk zijn, overgeven, en overgevoelig zijn voor licht, geluid en geur. De hoofdpijn kan 4 uur tot 3 dagen duren. De andere verschijnselen veel langer.

Vaak zit de hoofdpijn aan 1 kant van uw hoofd. In de meeste gevallen zal de hoofdpijn kloppend of bonzend zijn. Uw hoofdpijn kan erger worden door lichamelijke inspanningen. Denk aan traplopen.

Zo'n 30% krijgt bij een migraineaanval ook een aura. Een paar minuten tot een uur vóór de hoofdpijn ziet u visuele verschijnselen zoals bijv. lichtflitsen of vlekken. Daarbij kunt u ook tintelingen ervaren of stoornissen in de spraak.

Oorzaak

Over de exacte oorzaak van migraine is nog verbazend weinig bekend. Wel is het zeker dat migraine een hersenaandoening is waarbij er een ontregeling plaatsvindt in

de hersenen. Erfelijkheid speelt een rol. Een migraineaanval begint met spontane elektrische activiteiten in bepaalde hersendelen. Ook zijn er dingen die de aanval uitlokken zoals weersveranderingen, geuren, fel licht en onvoldoende slaap. Niet voor iedereen geldt dat. De relatie tussen aanval en stress of eten is vaak niet duidelijk. Hormonale schommelingen bij vrouwen kunnen wél een rol spelen.

Behandeling

Migraine kun je behandelen met gewone pijnstillers. Denk aan paracetamol of NSAID's. Werkt dit niet genoeg? Dan kan uw neuroloog antimigrainemiddelen voorschrijven: triptanen. Deze gaan uw aanval tegen.

Heeft u 2 keer per maand of vaker een aanval? Dan de neuroloog een preventieve behandeling starten: elke dag medicatie die uw aantal migraineaanvallen vermindert. Belangrijk is ook dat u migraine-uitlokkende factoren laat behandelen. Past u uw leefstijl aan? Dan merkt u dat met uw hoofdpijn en stress.

Wees zuinig met pijnstillers

Heeft u migraine? Dan is het belangrijk dat u niet meer dan 2 dagen pijnstillers (paracetamol, ibuprofen, naproxen) of triptanen gebruikt. Anders loopt u het risico om medicatie-afhankelijke hoofdpijn te ontwikkelen.

Heeft u nog vragen?

Belt u dan gerust naar onze
hoofdpijnverpleegkundigen:
(0182) 50 50 50, toestelnummer
3251 (dinsdagmiddag van 13.30 tot
14.30 uur).

Algemene informatie over het GHZ

Voor informatie over het ziekenhuis kijkt u
op www.ghz.nl.
Of bel naar (0182) 50 50 50.

Groene Hart Ziekenhuis, Locatie Gouda

Bleulandweg 10
2803 HH Gouda

Algemeen telefoonnummer ziekenhuis:
(0182) 50 50 50

Colofon

uitgave : Groene Hart Ziekenhuis, Gouda
productie : Marketing & Communicatie
november 2023
04.10.073