



V. Sygeplejerske
Diana Schultz

Hvad er forskellen på
hovedpine og migræne?
Hvordan behandles den?

Kan man få hovedpine
pga. overforbrug af
medicin?

Agenda

- Historien bag Smerte- og Hovedpineklinikken
- Spændingshovedpine
- Migræne
- Forskellen på spændingshovedpine og migræne
- Medicinoverforbrugshovedpine (MOH)
- De nyeste behandlinger
- Behandling af patient der er i Botox beh

Smerte- og Hovedpineklินิกken

- Smerteklinikken 1998
- Hovedpineklินิกken 2009
- Smerte- og Hovedpineklินิกken 2015
(samarbejde med klinikken for funktionelle lidelser)



Patienter i klinikken

- Hvert år henvises 1500 patienter
- Vi har 5000 patienter i fast forløb
- Patienterne henvises med forskellige hovedpinetyper, neuropatiske smerter og funktionelle smerter

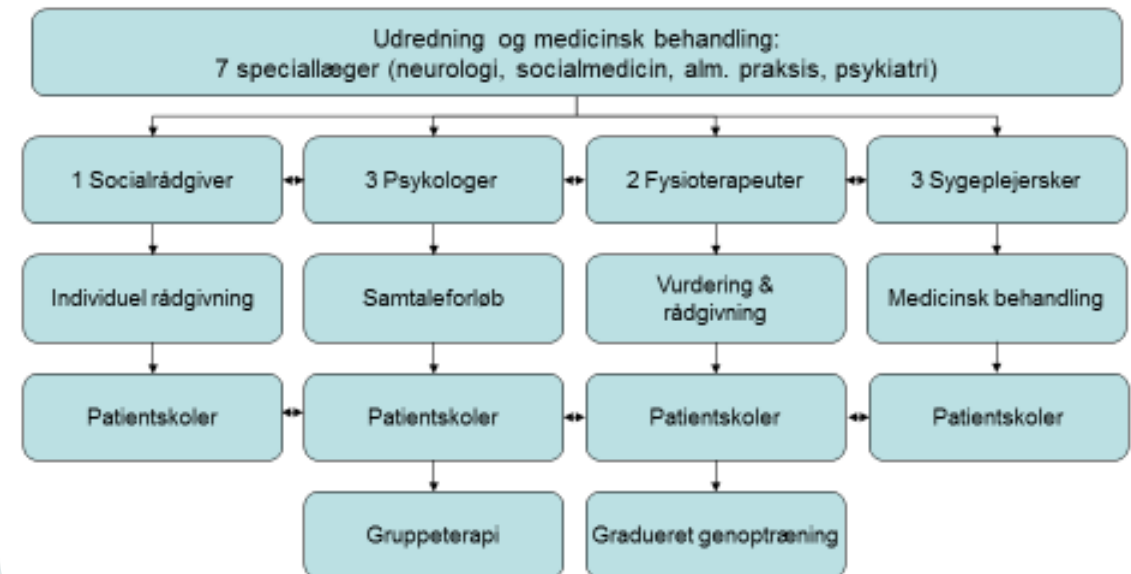
Behandling (Hovedpine)

- Praktiserende læge (Episodisk, akut, forebyggende)
- Praktiserende neurolog (Episodisk, kronisk, yderligere forebyggende)
- Smerte og Hovedpineklivnikken (Kronikere, BTX, anti CGRP, tværfagligt)

Ansatte

- 6 læger
- 2 sygeplejersker
- 2 fysioterapeuter
- 3 psykologer
- 1/2 socialrådgiver
- 3 sekretærer

Tværfagligt behandlingstilbud:



Smerte- og Hovedpineklinikken, AUH

Spændingshovedpine

- Den hyppigst forekommende hovedpine
- Lokaliseret i hele hovedet
- Mild til moderat i smerteintensitet
- Sjældent kvalme og lysoverfølsomhed



Spændingshovedpine

Sporadisk episodisk hovedpine

Hyppig episodisk hovedpine

Kronisk hovedpine

Spændingshovedpine

- Mekanismer ikke fuldt klarlagte
- Spænding i muskulaturen
- Ved kronisk, ændring i måden nervesystemet opfatter smerten
- U hensigtsmæssig livsstil - kost, søvn, stress
- Bidfunktion, skæren tænder



Spændingshovedpine/behandling

- Primært non-farmakologiske tiltag
- Beroligelse og udelukkelse af anden lidelse
- Minimer udløsende faktorer
- Stress og smertehåndtering (tværfagligt)
- Adfærdsterapi-kognitiv terapi
- Fysioterapi-korrekte arb. stillinger, aktive hjemmeøvelser
- Udeluk MOH

Spændingshovedpine/ behandling

- Ibuprofen/Paracetamol (undgå overforbrug)
- Forebyggende behandling (antidepressiver, muskelafslappende)
- Brug hovedpinekalender



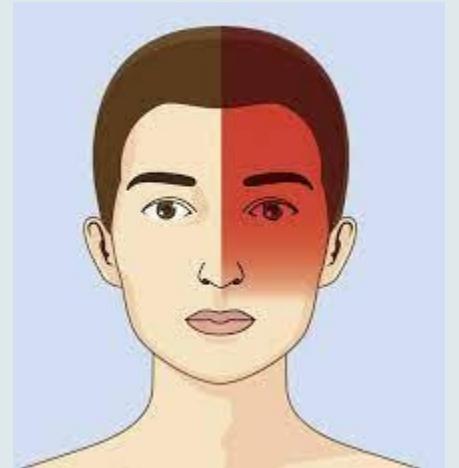
Migræne

- På verdensplan er 1 mia. påvirket af migræne, 1:3
- I DK 650.000
- 10% har kronisk migræne
- 1.7 mio. flere besøg hos e.l. end personer u. migræne
- 3. største sygdom i DK
- Erhvervsaktive har 3,8 mio. flere sygedage end erhvervsaktive uden migræne



Migræne

- Halvsidig, pulserende hovedpine
- Kvalme, opkastning
- Lyd og lys overfølsomhed
- Varer 4-72 timer
- Med og uden aura
- Genetik, CGRP, udvidelse af blodkar, involvering af trigeminusnerven, hormoner



Migræne/ behandling

- Akut behandling
- Forebyggende behandling
- Ikke medicinsk behandling



Migræne/ behandling

- Ibuprofen/Paracetamol (obs. MOH)
- Evt. kvalmestillende
- Triptaner
- Forebyggende, epilepsi,-blodtrykssænkende, Botox, anti CGRP
- Hovedpinekalender



Migræne - ikke medicinsk behandling

- Fysioterapi, aerob træning (Barber et al. 2020)
- Smertetacklingsstrategier
- Opmærksomhed på trigger faktorer
- Information om migræne
- Hovedpineskole

Forskellen på migræne og spændingshovedpine

	Migræne	Spændingshovedpine
Anfaldsvarighed	4 timer – 3 døgn	30 minutter – 7 dage
Lokalisation	Ensidig	Dobbeltsidig
Forværres ved let aktivitet	Ja	Nej
Lysfølsomhed	Ja	(Ja)
Lydfølsomhed	Ja	Nej
Kvalme	Ja	Nej

Nyttige spørgsmål

NYTTIGE SPØRGSMÅL	
<p>hvor mange forskellige hovedpinetyper/ansigtssmerter har du? separat anamnese for hver type!</p>	
tidsforløb	<ul style="list-style-type: none"> • Hvorfor søger du læge nu? • Hvornår er den startet? • Hvor ofte kommer den (episodisk, daglig og/eller konstant)? • Hvor længe varer det enkelte anfald?
karakter	<ul style="list-style-type: none"> • Intensitet af smerten? • Smertekvalitet og type? • Hvor sidder smerten og breder den sig? • Ledsagesymptomer?
Årsager	<ul style="list-style-type: none"> • Disponerende og/eller trigger faktorer? • Forstærkende og lindrende faktorer? • Familiære dispositioner til hovedpine/ansigtssmerter?
Reaktionsmønster	<ul style="list-style-type: none"> • Hvad gør du under anfaldet? • Påvirkning af aktivitetsniveau? • Medicinindtag, hvilken og hvor meget?
General helbredstilstand mellem anfald	<ul style="list-style-type: none"> • Helt rask eller vedvarende symptomer mellem anfald? • Bekymringer, angst, eller frygt for nye anfald og deres årsager?



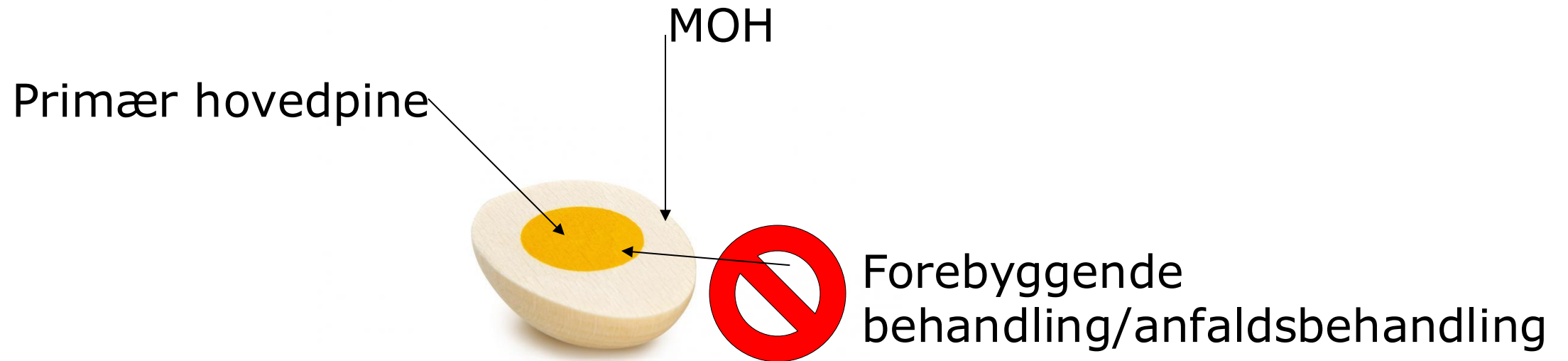
Medicinsk overforbrugs hovedpine, MOH

Sekundær hovedpineform

14 dage/mand. med Paracetamol-
Ibuprofen

9 dage/mand. med triptaner,
morfin, Treo

Medicinoverforbrugshovedpine



MOH-behandling

- Seponering eller reduktion af anfaldsmedicin
- Støttemedicin
- Forebyggende medicin? Munksgaard et al. 2012, Louise Ninett Carlsen et al. 2020
- NADA NADA.dk
- Hovedpinekalender

Case

CPR: [redacted] NAVN: [redacted] Ar: 20[redacted]

	Januar hvp/medicin	Februar hvp/medicin	Marts hvp/medicin	April hvp/medicin	Maj hvp/medicin	Juni hvp/medicin
1					++	+++3
2					++	++
3					++	++1
4					++	++
5				x	++	++
6				xxx	++	++
7				xx	++	++
8				xxx	++	++
9				xxx	++	++
10				xxx	++	++
11				++	++	++
12				++	++	++
13				xxx	++	++3
14				++	++	++
15				xxx	++	++
16				xxx	++	++
17				++	++	++
18				++	++	++
19				++	++	++
20				xxx	++	++
21				xxx	++	++3
22				++	++	++
23				++	++	++
24				++	++	++
25				++	++	++
26				++	++	++
27				++	++	++
28				++	++	++
29				++	++	++
30				++	++	++
31				++	++	++

	Juli hvp/medicin	August hvp/medicin	September hvp/medicin	Oktober hvp/medicin	November hvp/medicin	December hvp/medicin
1	z					x
2	z					x
3	z	x				
4			l	p	xxx	p
5	x				x	
6	x					
7	z	l	p	3	5	
8	z					
9	z		xx	p		
10			x			
11		3	5			
12	a					
13	z					
14	z			x	x	
15	z					
16	z	3	5	3	5	3
17	z					
18	z			xx	p	p
19					1	p
20	z	a				p
21	z	z				
22	z	z	p			
23				x		
24				z		
25	z		z			z
26		z	p			z
27		p	z	p	z	z
28	z		z		z	z
29				3	5	z
30					z	
31	z					

p = parodil s = sumatriptan

Patienten er cykelrytteren i forløbet



Take home messages

- Søvn
- Blodsukker
- Reduktion af medicin
- Stimulanser, rygning, kaffe, energidrik
- Arbejdsstillinger
- Boom and bust
- Triggerfaktorer

Tak fordi I lyttede. Spørgsmål?

