



Faculty of Health Sciences

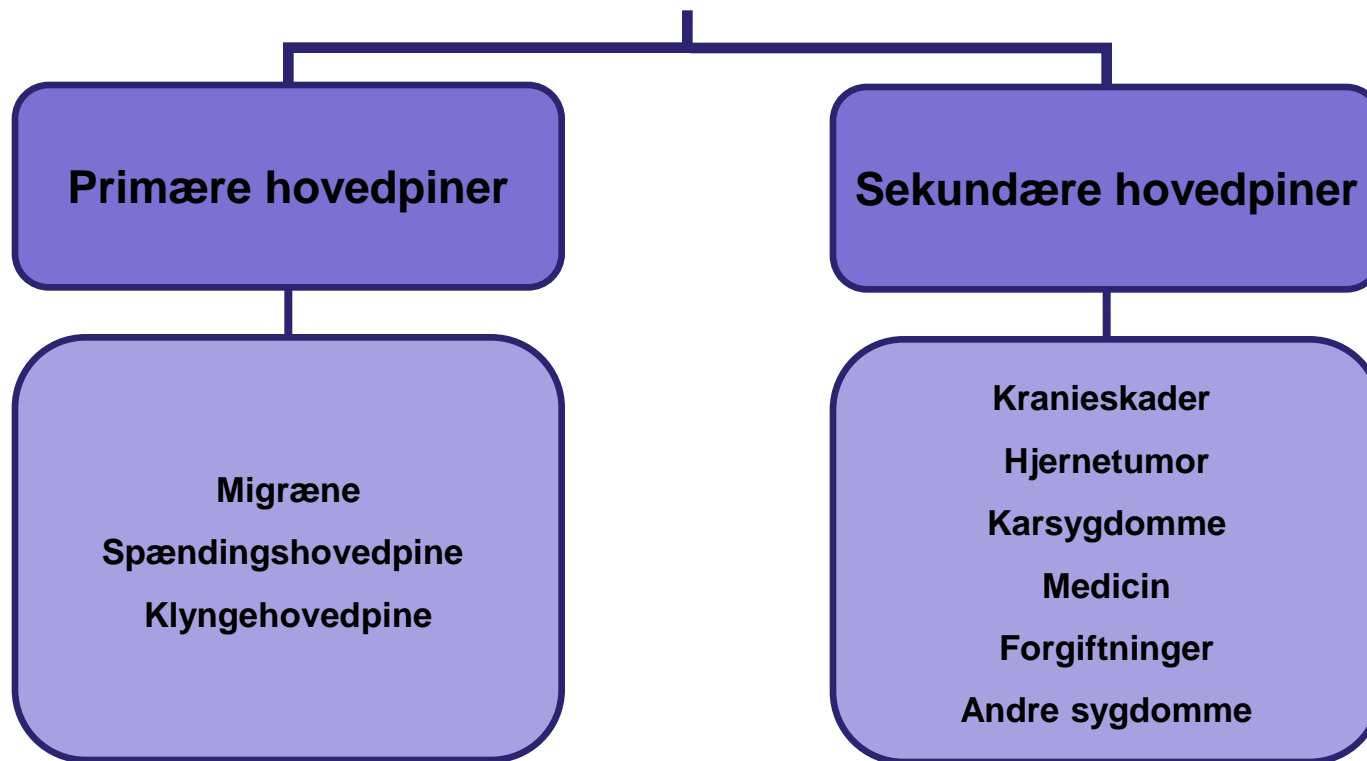


Hovedpine

Song Guo, læge, ph.d.-studerende
Dansk Hovedpinecenter
Neurologisk afdeling
Glostrup Hospital



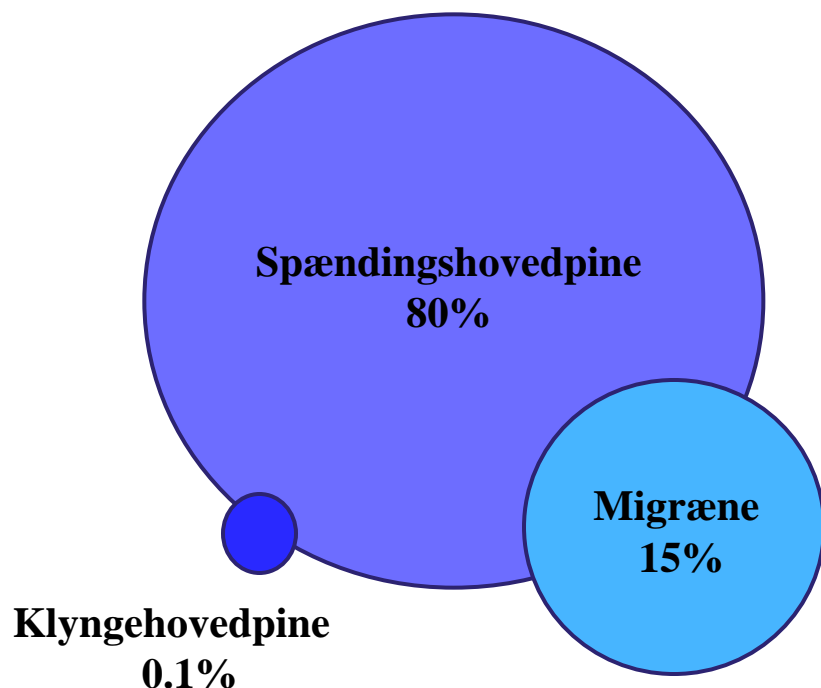
International Classification of Headache Disorders (ICHD-II)





IMPACT – PRIMÆR HOVEDPINE

Epidemiologi



- Utrolig hyppig men negligeret sygdom
- Store økonomiske omkostninger for samfundet
- Stærkt invaliderende og rammer ofte unge
- Brug for bedre behandling
- Årsagsmekanismen er endnu ikke fuldt forstået





MIGRÆNE

A) Varighed:

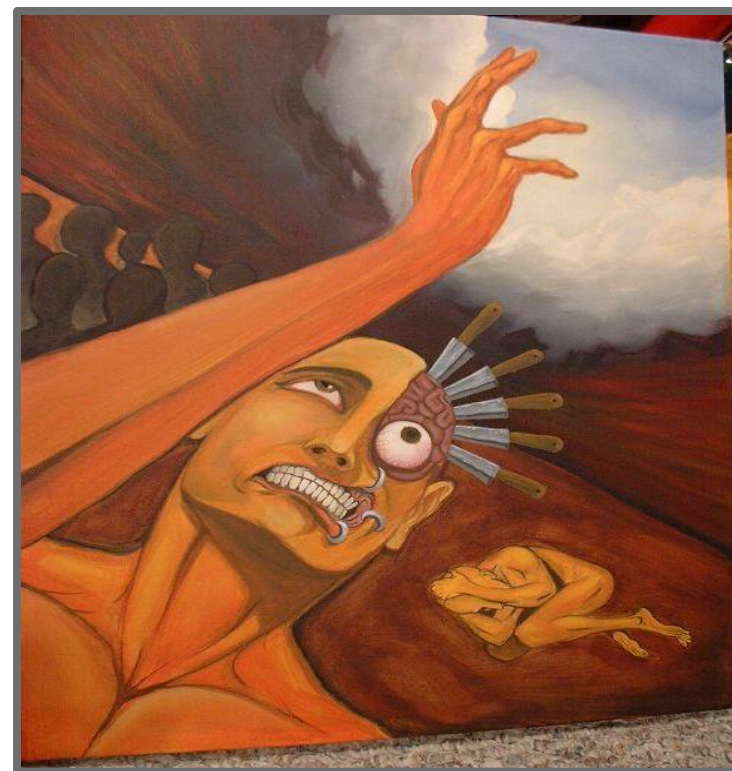
- 4-72 timer

B) Karakteristika (min. 2 af følgende)

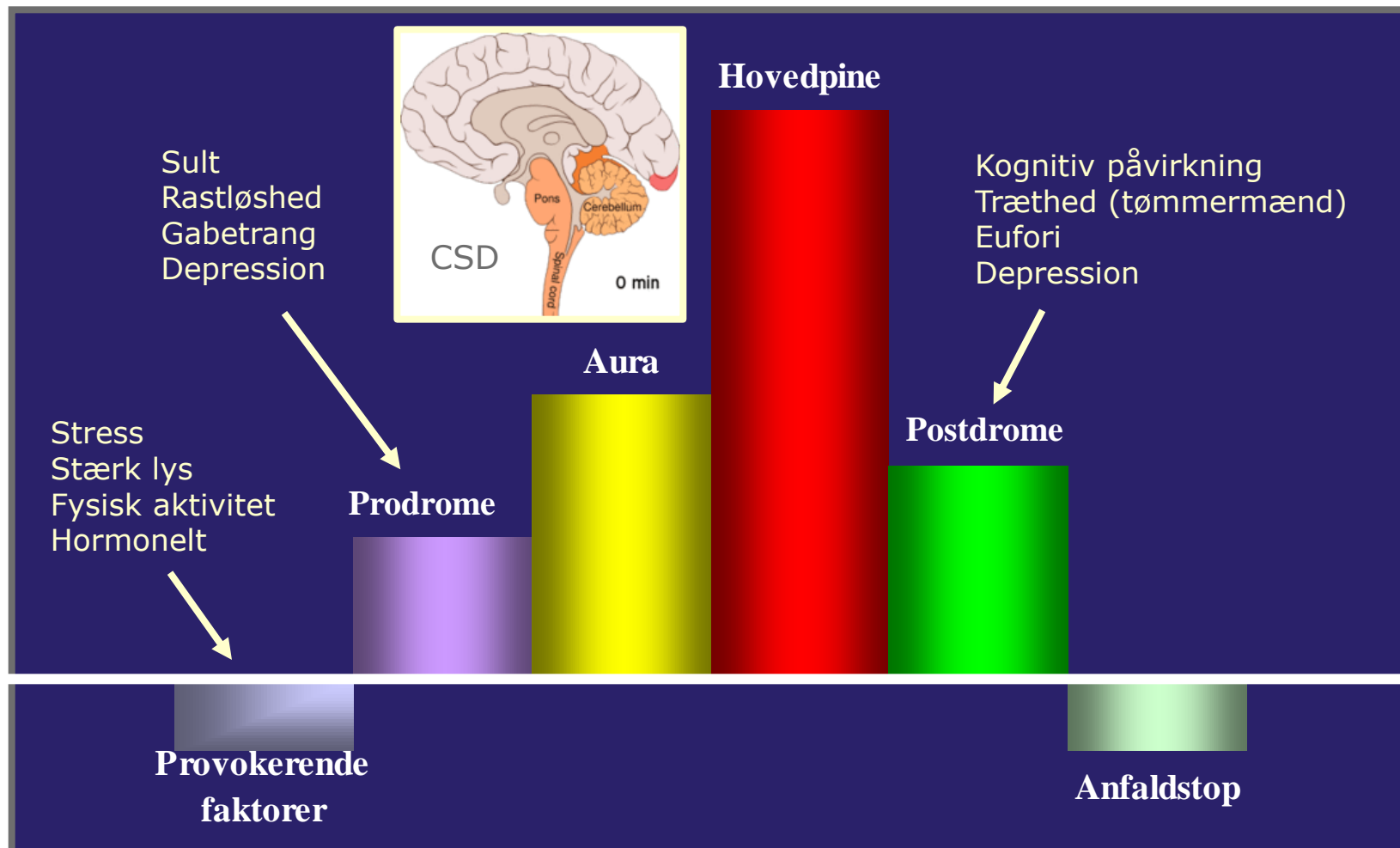
- Ensidig lokalisation
- Pulserende
- Moderat til svær smerte
- Forværring ved fysisk aktivitet

C) Ledsagesymptomer (min. 1 af følgende)

- Kvalme og/eller opkastninger
- Lyd- og lysfølsomhed



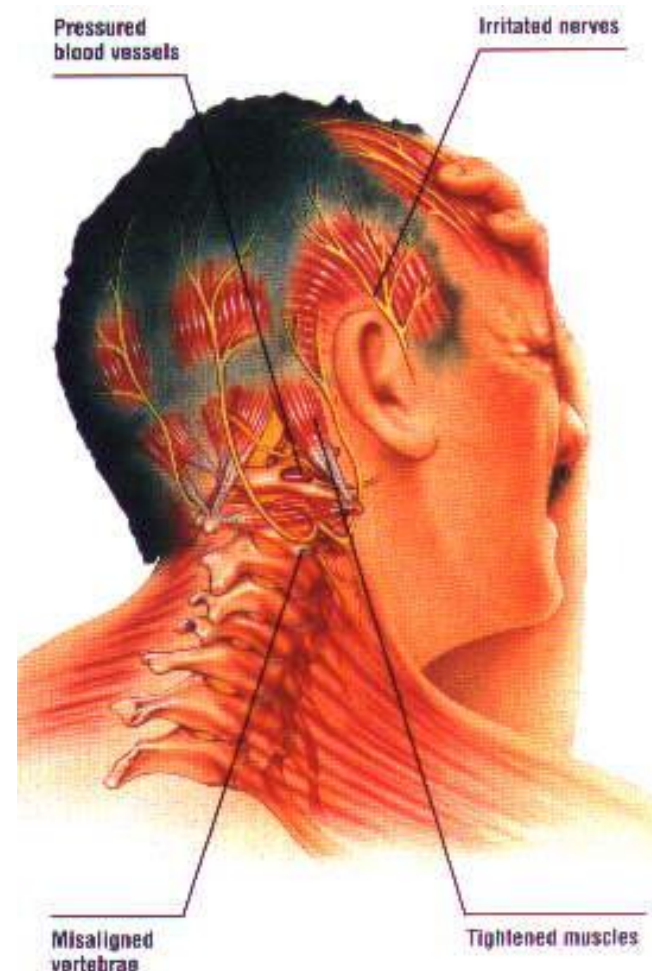
Migræneanfald





SPÆNDINGSHOVEDPINE

- Dobbeltsidig
- Trykkende/strammende
- Mild/moderat styrke
- Ømme muskler
- Ingen forværring ved fysisk aktivitet
- Ingen lys- eller lydfølsomhed





KLYNGEHOVEDPINE

Meget kraftig hovedpine omkring det ene øje, varer 15 – 180 min.

Selv mordshovedpine / Hortons hovedpine

Ledsaget af autonome symptomer:

- Øjet bliver rødt og løber i vand
- Næsen løber eller stopper til
- Horners syndrom

samt rastløshed



Diagnostik hovedpinedagbog

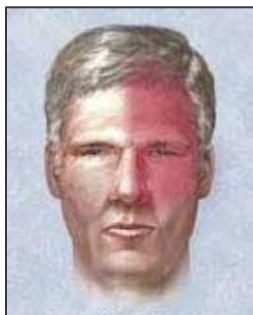
→ <http://www.dhos.dk>

→ Hovedpinekalendere og -dagbøger

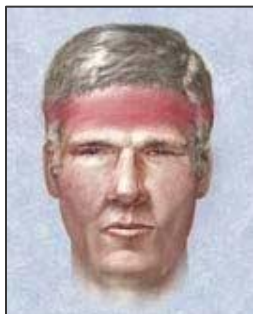
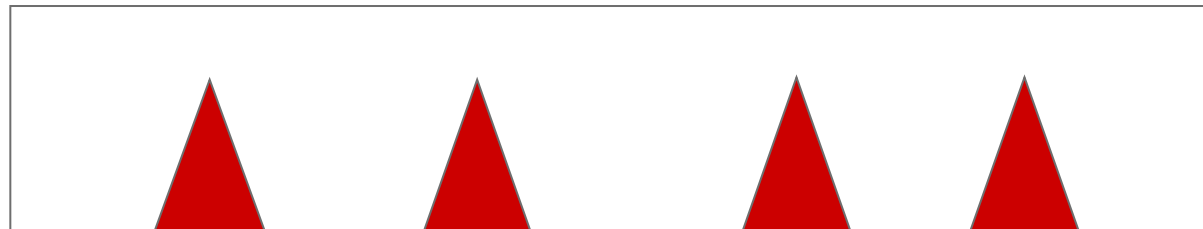
DIAGNOSTISK HOVEDPINEDAGBOG							
Udfyldes hver aften på dage, hvor der har været hovedpine. Der sættes kryds i de kasser, der passer bedst til hvert spørgsmål.							
NAVN:		CPR nr.:					
20	Dato:	/	/	/	/	/	/
Hvornår begyndte hovedpinen?	nærmeste time:						
Var der lige før hovedpinen forstyrrelser af?	synet:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	følesansen:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	andet:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Var hovedpinen?	højresidig:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	venstresidig:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	dobbeltsidig:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Var hovedpinen?	dunkende:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	konstant:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Var hovedpinen? (Se nedenfor)*	let:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	middelsvær:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	svær:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ændrede hovedpinen sig ved fysisk aktivitet - f.eks. trappegang?	værre:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	uændret:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	bedre:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Var der kvalme?	ingen:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	let:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	middel:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	svær:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Var der lysskyhed?	ingen:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	let:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	middel:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	svær:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Var der lydoverfølsomhed?	ingen:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	let:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	middel:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	svær:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hvornår forsvandt hovedpinen?	nærmeste time:						
Er der noget, som har udløst dette tilfælde?	hvad:						
Blev der taget medicin? (Nævn for hvert navn hvor meget og tidspunktet for indtagelsen).	navn:						
	hvor meget:						
	klokken:						
	navn:						
*Let: hæmmer ikke arbejde eller andre aktiviteter. Middel: hæmmer - men forhindrer ikke arbejde eller andre aktiviteter. Svær: forhindrer arbejde eller andre aktiviteter.	hvor meget:						
	klokken:						
	navn:						
	hvor meget:						
	klokken:						



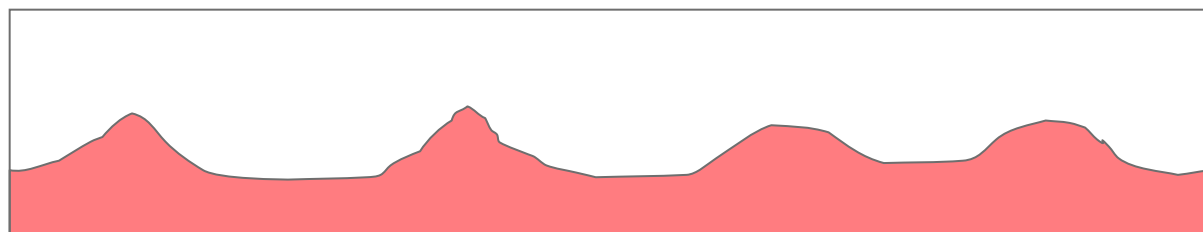
Hovedpinemønstre over tid



Migræne



Spændingshovedpine



Klyngehovedpine





Diagnose



Vigtige spørgsmål:

- ✓ Hvornår startede hovedpinen?
- ✓ Hvor mange typer hovedpine har du?
- ✓ Hvor lang tid varer hovedpinen?
- ✓ Hovedpinens intensitet, lokalisation og karakter?
- ✓ Er der ledsagesymptomer?
- ✓ Hvor meget medicin tager du?



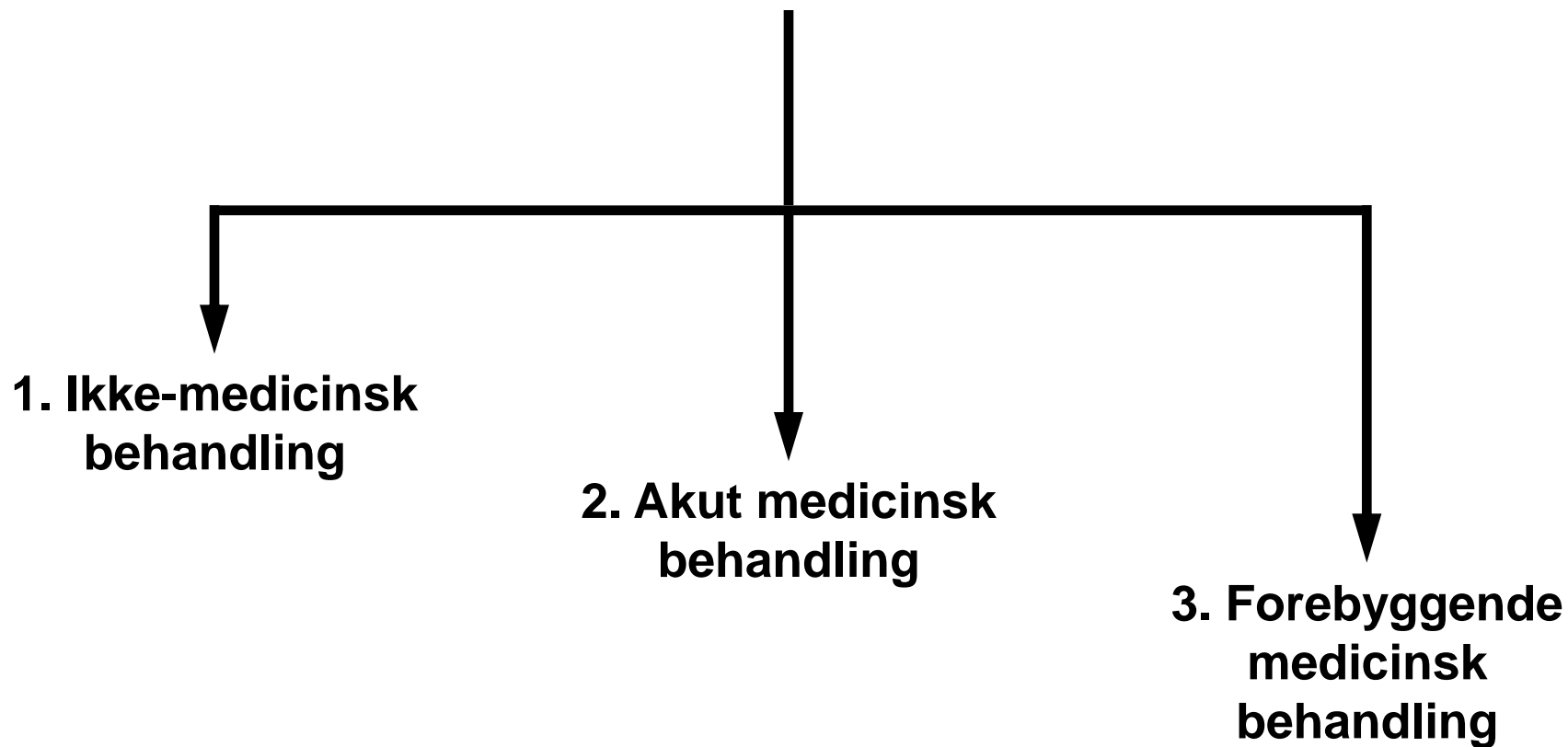


Typiske kliniske karakteristika

	Migræne	Spændingshvp.	Klygehovedpine
<i>Varighed</i>	4-72 timer	Variierende	15-180 min.
<i>Lokalisation</i>	Halvsidig	Dobbeltsidig	Halvsidig
<i>Karakter</i>	Pulserende	Trykkende	Jagende
<i>Styrke</i>	Moderat/stærk	Let/moderat	Meget stærk
<i>Tidspunkt</i>	Variierende	Variierende	Natten
<i>Fysisk aktivitet</i>	Forværring	Ingen indflydelse	Ingen indflydelse/lindring
<i>Kvalme</i>	Ja	Nej	Nej
<i>Fotofobi</i>	Ja	Nej	Nej
<i>Fonofobi</i>	Ja	Nej	Nej



Behandling af primær hovedpine





Ikke-medicinsk behandling



1. Information og patientuddannelse
2. Adfærds- og kognitiv terapi
3. Fysioterapi & akupunktur



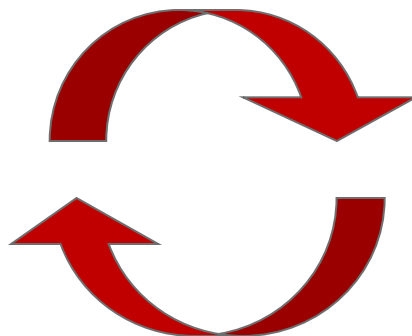


Smertens onde cirkler

Trods

Lytter ikke til kroppen
Ignorerer hovedpinen
”Bider tænderne
sammen” og er
overaktiv

Mere smerter



”Smerterne skal ikke
kontrollere mit liv”
Jeg skal....
Jeg vil...
Jeg bør....

Vrede
Frustration



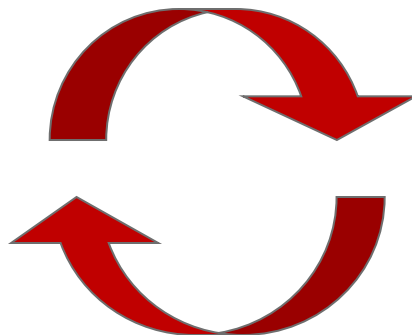


Smertens onde cirkler

Undgåelse

Trækker sig
Hovedpinen fylder
det hele
Underaktiv

Mere smerter



Alt er håbløst
Det går aldrig over
Jeg kan ingen ting

Tristhed
Angst
Opgivende





Fysioterapi & akupunktur

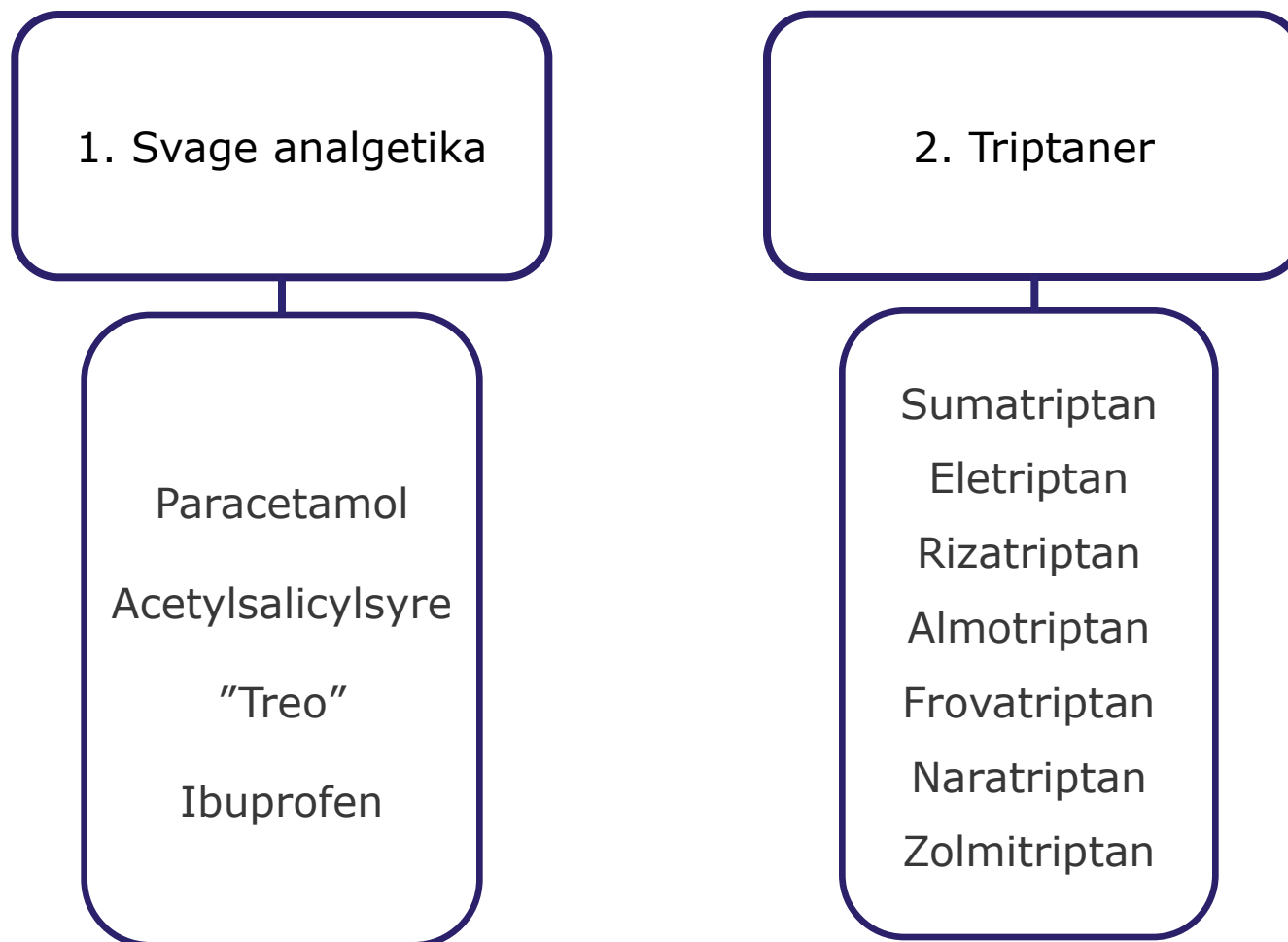


- Holdningsvurdering – siddende og stående
- Akupunktur har påvist lindrende effekt på smerter





Akut behandling af migræne

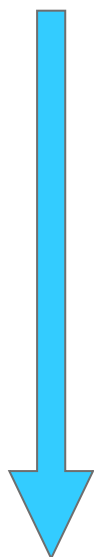


Forebyggende behandling



Ved 2-3 svære migræneanfald per måned

Ca. ½ af patienterne får reduceret antallet af anfald med 50%



1. β -blokker: Propranolol, Metoprolol (Selo-zok[®])
2. Anti-epileptika: Valproat, Topiramate (Delepsine[®], Topimax[®])
3. Calcium-blokker: Flunarizin (Sibelium[®])
4. Angiotensin-II-antagonist: Candesartan (Atacand[®])
5. ACE-hæmmer: Lisinopril
6. Antidepressiva: Amitriptylin (Saroten[®])





Henvisning til Dansk Hovedpinecenter

- 1) Være set af egen læge og en neurolog
- 2) Have prøvet mindst to forskellige migrænemedicin
- 3) Have prøvet mindst en forebyggende medicin.
- 4) Have lavet hovedpinedagbog for min. 3 måneder.

Hvis hovedpinen stadig ikke er tilstrækkeligt behandlet,
kan der henvises til Dansk Hovedpinecenter