

Algemeen:

De neuroloog heeft geconstateerd dat u migraine heeft. In deze folder leest u wat migraine is en hoe migraineaanvallen worden behandeld.

Wat is migraine?

Migraine is een aanvalsgewijze, vaak eenzijdige hoofdpijn. Meestal is dit een bonkende, kloppende hoofdpijn die vier uur tot wel drie dagen kan duren. Misselijkheid, braken en/of een overgevoeligheid voor licht, geluid en geuren kunnen erbij voorkomen. Sommige patiënten ervaren ook diarree en veelvuldig plassen.

Tijdens een migraineaanval ligt u het liefst in een donkere kamer. Beweging of (normale) inspanning maken de hoofdpijn erger. Sommige patiënten voelen een aanval aankomen. Ze zijn dan snel moe, geïrriteerd, overgevoelig voor geuren of hebben een hongergevoel of een stijf gevoel in de nek. Een deel van de patiënten met migraine ziet tijdelijk lichtflitsen of vlekken voor de hoofdpijn. Dit heet een aura en duurt 10 tot 60 minuten. Na de hoofdpijn komt vaak nog een herstelfase van enkele uren tot dagen.

De diagnose wordt gesteld op basis van uw klachten en een neurologisch onderzoek. Meestal is verder onderzoek zoals een MRI-scan niet nodig. Het is goed te weten dat niet in het bloed kan worden bepaald of u migraine heeft.

Sommige factoren zoals hormoonschommelingen, menstruatie, stress of een verstoring van het slaapritme kunnen aanvallen uitlokken. Van andere factoren, zoals bepaalde voedingsmiddelen, is dat niet goed duidelijk.

Behandeling van migraineaanvallen:

De aanleg voor migraine kan niet worden genezen. Wel kunnen aanvallen worden behandeld. De ernst van de migraine (hoeveelheid aanvallen per maand) kan erg schommelen gedurende de jaren.

Migraineaanvallen worden op verschillende manieren behandeld. Samen met uw huisarts of neuroloog wordt dan een keuze gemaakt. Er zijn verschillende stappen:

- Stap 1 Gewone pijnstilling zoals paracetamol tot 4 maal per dag 1000mg, aspirine 100mg (acetylsalicylzuur).
 Metoclopramide of domperidon (evt zetpil) bij misselijkheid of braken

- Stap 2 Een NSAID (ontstekingsremmende pijnstiller) zoals ibuprofen 400-600mg, diclofenac 100mg of naproxen.
Metoclopramide of domperidon (evt zetpil) bij misselijkheid of braken
- Stap 3 Speciale migraine aanvalsmedicatie, zogenaamde 'triptanen'.
Er zijn momenteel verschillende soorten triptanen beschikbaar, die allen goed werken in het stoppen van een migraineaanval. Tussen deze triptanen bestaan kleine verschillen in hoe snel en hoe lang ze werken. Op basis van hoe uw aanvallen eruit zien, maakt u in samenspraak met uw neuroloog hierin een keuze. Voor een optimale werking is het belangrijk dat triptanen vroeg in de migraineaanval worden genomen. Triptanen bestaan in de vorm van tablet, smelttablet, neusspray of onderhuidse injectie. Uw behandelaar zal ook de eventuele bijwerkingen met u kunnen bespreken.
- Voorbeelden van triptanen (merknaam) zijn sumatriptan (imigran®), rizatriptan (maxalt®), eletriptan (relpax®), zolmitriptan (zomig®), naratriptan (naramig®), almotriptan (almogran®) en frovatriptan (fromirex®).
- Stap 4 Bij een geselecteerd deel van de patiënten kunnen nieuwe aanvalsgeneesmiddelen worden overwogen. Het gaat dan om een aangepaste vorm van een triptan (lasmiditan, merknaam reyvow®) of om een CGRP-receptorantagonist (rimegepant, merknaam vydura®) als aanvalsbehandeling. Deze geneesmiddelen kunnen niet bij elke patiënt worden ingezet. Uw behandelaar zal dit met u bespreken.

Risico op medicatieovergebruik:

Wanneer u te vaak gewone pijnstillers of triptanen worden gebruikt (meer dan 8-10 dagen per maand) kunnen hoofdpijnklachten verergeren of toenemen. Dit wordt dan medicatieovergebruikshoofdpijn (MOH) genoemd. Uw behandelaar raadt u dan ook aan deze medicatie niet vaker dan voorgeschreven te gebruiken. Voor meer informatie over MOH, zie de folder 'Medicatieovergebruikshoofdpijn'.

Aanvullende behandeling bij frequente aanvallen:

Wanneer u veel of lange migraineaanvallen ervaart, kan ook gekozen voor een onderhoudsbehandeling die als doel heeft het aantal migraineaanvallen te verminderen. Dit is meestal in tabletvorm. Voor meer informatie zie de folder 'Onderhoudsbehandeling bij migraine'.