Nederlandse Vereniging voor Neurologie

Migraine

Wat is het?
Migraine bestaat uit aanvallen waarbij de hoofdpijn vaak op de voorgrond staat. Migraine komt vaak voor. Naar schatting heeft ongeveer 10% van de Nederlandse bevolking er last van. Migraine komt vaker voor bij vrouwen dan bij mannen.

Wat zijn de klachten?
We kunnen de migraineaanval onderverdelen in: de voorfase (waarschuwing), aurafase, hoofdpijnfase en de herstelfase.

Klachten die tijdens de voorfase veel voorkomen zijn: dorst, bleekheid, misselijkheid, geeuwen, stijve nek, vermoeidheid, concentratieproblemen, stemmings- of gedragsveranderingen. Klachten in de aurafase zijn voorbijgaande klachten. Ze duren meestal korter dan zestig minuten. In de aurafase ziet u vaak lichtflitsen of vlekken voor de ogen. Maar u kan ook last hebben van tintelingen, gevolgd door gevoelloosheid in een arm of been.

Bij migraine zit de hoofdpijn vaak aan één kant van het hoofd en het is vaak een kloppende pijn. Patiënten zijn daarbij misselijk, moeten overgeven en zijn overgevoelig voor licht en geluid. De pijn wordt meestal erger als u zich lichamelijk inspant. Niet iedere migrainepatiënt heeft dezelfde klachten. Zo hebben sommige patiënten pijn aan beide kanten van het hoofd en zijn er ook patiënten die geen last hebben van aura's. Een aanval kan uren tot dagen duren en verdwijnt vaak pas als u gaat slapen.

Wat is de oorzaak?
Migraine is een hersenziekte waarbij delen van de hersenen, zenuwen en bloedvaten betrokken zijn. Tijdens migraineaanvallen speelt de ontregeling van de vijfde hersenzenuw (n. trigeminus) en een veranderde gevoeligheid voor pijn een belangrijke rol.

We denken dat migrainepatiënten een verlaagde drempel hebben voor het ontstaan van migraineaanvallen. Hierdoor kunnen inwendige of uitwendige prikkels gemakkelijk een migraineaanval opwekken. Aanleg speelt hierbij een rol.

Hoe wordt de diagnose gesteld?
De arts stelt de diagnose op basis van uw klachten. Als de hoofdpijn volgens een bepaald patroon verloopt, kan de diagnose migraine gesteld worden. Extra onderzoek, zoals een CT- of MRI-scan, is dan niet nodig. Dat gebeurt alleen in bijzondere gevallen.

Welke behandeling is mogelijk?
De behandeling van migraine bestaat uit het slikken van medicijnen. U kan medicijnen gebruiken om de hoofdpijn en misselijkheid tijdens de aanval te behandelen. Medicijnen kunnen ook worden gebruikt om een migraineaanval te voorkomen. U slikt dan elke dag medicijnen zodat de kans op een aanval minder wordt of u minder migraine krijgt.

Er zijn ook leefregels die kunnen helpen tegen migraine:

- regelmatig slapen, eten en bewegen;
- voldoende ontspannen.

Meer weten?
Thuisarts.nl
Hoofdpijnnet