

MIGRENE

Klassisk migrene har karakteriske forvarslar, aura, mens vanlig migrene har det ikke.

Anfallene skyldes biokjemiske reaksjoner i den delen av nervesystemet som regulerer blodsirkulasjonen til hjernen.

Migrene er et stort og underdiagnostisert problem. Hver måned er over 30.000 nordmenn borte fra jobb eller skole pga. migrene.

Det er viktig å ikke glemme at migrenepasienten også kan ha andre typer hodepine i tillegg til migrenen

Det er fortsatt mange ubesvarte spørsmål når det gjelder hva migrene egentlig skyldes, men en har i dag nok kunnskap til å si at migrene skyldes en komplisert kombinasjon av arvelige forhold, en rekke indre faktorer i kroppen samt ytre faktorer i miljøet.

Vanlige symptomer

Felles for både klassisk og vanlig migrene er overfølsomhet for lys og lyd.

Klassisk migrene: Ofte forvarsel (aura) i form av flimmet og lysglimt foran øyne. Kna også innbefatte prikking og nummenhet i arm og fot, lette lammelser, oppkast og diaré, uro og hjertebank. Siden

kraftig smerte i den ene halvdel av hodet. Smertene er ofte verst i tinning, panne eller bak øynene. Et anfall kan vare fra få timer til 2-3 dager og ledsages ofte av kvalme, svimmelhet og lysømfintlighet.

Vanlig migrene: kommer normalt uten forvarsel med flimmet og lysglimt foran øynene. Hodesmerten er som regel jevnere fordelt enn ved klassisk migrene men som regel halvsidige. Kvalme er mindre vanlig.

Migreneanfall viser stor variasjon fra milde og raskt forbigående anfall til dramatiske anfall med intense smerter opptil 2-3 døgn.

De fleste migreneanfall følger et bestemt mønster og kan inndeles i en aurafase og en smertefase.

Migreneutløsende faktorer

Feilfunksjoner i nakke, triggerpunkter i nakke- og kjevemuskulatur

Stress, sterkt lys, støy, intense dufter (parfyme!)

Uregelmessig livsførsel, manglende væskeinntak, intoleranse for enkelte matvarer

Hormonelle faktorer som menstruasjon, graviditet

Dette kan en kiropraktor gjøre

Kiropraktisk behandling har vist seg å kunne redusere både anfallshyppighet og –intensitet hos personer med migrene. Det er derfor fornuftig for alle migrenepasienter å få undersøkt og behandlet alle migreneutløsende faktorer i muskelskjelettsystemet.