

Migraine

Migraine is een aandoening waarbij aanvallen van ernstige hoofdpijn voorkomen. Deze aanvallen verlopen vaak volgens een vast patroon, met symptomen die per persoon kunnen verschillen. Sommige mensen met migraine zien bijvoorbeeld voorafgaand aan de hoofdpijn auravlekken, maar anderen hebben bijvoorbeeld last van spierstijfheid of vermoeidheid. Wereldwijd komt migraine bij ongeveer 10% van de bevolking voor. Zowel mannen als vrouwen kunnen last hebben van migraine, al komt het vaker voor bij vrouwen.¹

Episodische vs. chronische migraine

Migraine is onder te verdelen in twee categorieën: episodische en chronische migraine. Het belangrijkste verschil ligt in de frequentie van de hoofdpinaanvallen.

Episodische migraine²

- Minder dan 14 hoofdpijndagen per maand
- Aanvallen die meestal 4-72 uur duren
- Periodes zonder hoofdpijn tussen de aanvallen

Chronische migraine²

- 15 of meer hoofdpijndagen per maand
- Waarvan minstens 8 dagen migrainekenmerken vertonen
- Dit patroon houdt ten minste 3 maanden aan

Symptomen van een migraineaanval

Een migraineaanval bestaat uit vier fases: een voorfase, de aurafase, een hoofdpijnfase en een herstelfase. Niet iedereen heeft tijdens deze fases dezelfde klachten. Toch komen verschillende klachten vaker voor in bepaalde fases van een migraineaanval.¹

Wat is de oorzaak van migraine?

Over de precieze oorzaak van migraine is nog veel onduidelijkheid, des te meer omdat niet iedereen dezelfde symptomen heeft. Wel speelt genetische aanleg een rol: mensen met migraine hebben vaak iemand in de familie die er ook last van heeft. Sommige personen kunnen vaker last krijgen van migraineaanvallen door specifieke omstandigheden of

gewoontes, zoals te weinig eten, te weinig slaap, stress of alcohol gebruik.^{3,4}

Leven met migraine

Omgaan met (chronische) migraine kan een grote en vervelende impact hebben op het leven van iemand die er last van heeft. De frequentie en ernst van de klachten kunnen ervoor zorgen dat het leven van een migrainepatiënt draait om het omgaan met de klachten en pijn.

Een regelmatig leefritme kan het omgaan met migraine makkelijker maken. Voldoende slaap, regelmatig eten en regelmatig bewegen gelden samen met voldoende ontspanning als goede leefregels voor mensen die veel last hebben van migraine.^{3,4} Ook is er medicatie beschikbaar om bijvoorbeeld hoofdpijn en misselijkheid te verminderen, of om de frequentie van de aanvallen te verminderen. Een patiënt dient daarvoor wel altijd een arts te raadplegen.



Producten 

Producten 

See more details

Hide details

**TOGETHER
AHEAD
AGAINST
MIGRAINE**



Triptanen overgebruik 

Triptanen overgebruik 

See more details

Hide details



Naschelingen & events 

Naschelingen & events 

See more details

Hide details



Ondersteunende materialen 

Ondersteunende materialen 

See more details

Hide details

Referenties:

1. Vo P, Paris N, et. al., Burden of Migraine in Europe Using Self-Reported Digital Diary Data from the Migraine Buddy© Application. Neurol Ther. 2018 Dec;7(2):321-332.
2. Hanewinkel R, Wokke B. Erasmus MC. (2021). [Richtlijn Migraine \[PDF\]](#). Geraadpleegd op 23 augustus 2024
3. [Thuisarts.nl. Migraine](#). Geraadpleegd op 8 Aug '24.
4. [Thuisarts.nl. Migraine](#). Geraadpleegd op 8 Aug '24

Source URL: <https://www.pro.novartis.com/nl-nl/node/2966>