

14. 1. 2004

Vezměte, prosíme, na vědomí, že text článku odpovídá platné právní úpravě ke dni publikace.

Bolí Vás makovice? Může to být migréna

-Od svých 12 let trpím bolestmi hlavy s nevolností a zvracením. Mívala jsem bolesti hlavy asi jednou týdně. Trvala celý den. Nebyla jsem schopna pracovat. Nemohla jsem se starat ani o sebe, ani o svou rodinu. Když to přišlo, snažila jsem se záchvat bolesti přečkat v klidu a v temné místnosti. Za posledních 10 let jsem si netroufla někam na dovolenou. Co kdyby tam nebyla klidná, tmavá místnost...

(projekt MAKOVICE aneb Léčíme MIGRÉNU)

Už mě hlava nebolí!

✖ Moje matka i babička trpěly také bolestmi hlavy. Já se ale nechtěla smířit s tím, že jednou týdně budu kvůli bolesti k ničemu. Před měsícem jsem se z časopisu dozvěděla o projektu Makovice. Objednala jsem se do ordinace lékařky, paní doktorky Fučíkové. Vyšetřila mě a sdělila mi, že trpím migrénou. Doporučila mi léky, které mohou mé potíže odstranit.

V minulém měsíci jsem měla čtyři záchvaty. Vzala jsem si lék a do hodiny bylo po bolesti. Žádné celodenní mučení se nekonalo. Tím pro mne začal zcela nový život. Dříve jsem jeden den v týdnu strávila čekáním, až záchvat ustane. Teď mám každý týden jeden den života navíc.

(Markéta, 32 let, prodavačka)

Málo léčená migréna...

Migréna je celoživotní onemocnění. Vyskytuje se u 6 procent mužů a 18 procent žen. Hlavními projevy jsou záchvatovité a většinou jednostranné silné bolesti hlavy pulsujícího charakteru. Obvykle trvají bez léčby několik hodin až tři dny. Velmi nepříjemnými doprovodnými projevy jsou nevolnost a zvracení. Záchvat migrény obvykle znemožňuje nemocnému veškerou pracovní, kulturní a společenskou činnost. Navíc se tyto stavy často opakují několikrát do měsíce.

Migréna je v ČR nedostatečně léčena. Často je totiž nepoznaná. Mnoho nemocných s migrénou nevyhledává lékaře. Chybně si myslí, že jim lékař nepomůže. Naše sekce pro léčbu bolesti hlavy připravila projekt Makovice, jehož cílem je rozšířit povědomí o migréně a její správné léčbě v široké populaci, říká docent Waberžinek, předseda sekce pro léčbu bolesti hlavy České neurologické společnosti Jana Evangelisty Purkyně.

Léčba migrény spočívá v účinném potlačování bolesti hlavy a dalších projevů migrény. Nejúčinnější jsou léky, tzv. triptany. Stále dnes převažuje léčba migrény pomocí léků tišících bolest (analgetika a některé protizánětlivé léky). Je to sice levnější, ale méně účinná léčba, navíc s častými projevy vedlejších nežádoucích účinků. Pouze ovlivňují bolesti hlavy. Triptany ale zasahují přímo do mechanismu vzniku migrény a tím jí účinně potlačí.

Kde hledat pomoc?

✖ Až 400 tisíc lidí české populace si alespoň někdy položí otázku Když mě bolí hlava, mám migrénu? Slibný začátek pro úspěšnou léčbu. Bohužel 20 až 40 procent z nich s léčbou nezačne. A 30 až 50 procent se léčí samo a spoléhá na rozličné „osvědčené“ domácí pokusy. Důvodem je často nedostatek informací.

A kde se můžu zeptat nebo se něco o migréně dozvědět? Pokud jste si položili tuto otázku, máme na ni dvě odpovědi. Zaprvé patříte do skupiny těch chytřejších a o své zdraví se zajímáte. Zadruhé navštivte internetové stránky www.bolestihlavy.cz nebo volejte na bezplatnou infolinku Léčby bolesti hlavy **800 555 430**.

Internetové stránky nabízejí ucelené informace popisující příznaky a obtíže při bolestech hlavy a migréně a vyvracejí tradiční mýty. Najdete vysvětlení, jak vypadá neurologické vyšetření a jaké jsou možnosti léčby. Můžete se snadno a přímo objednat k nejbližšímu odbornému lékaři. A pokud nemáte internet, volejte na bezplatnou informační linku. Pomohou Vám!

Spokojený pacient, spokojený lékař

Není ojedinělé, že nemocný léta považuje bolesti hlavy za nevítaného, víceméně však nevyhnutelného společníka. Neměl by k ní zůstat netečný. Bolest hlavy může být příznakem závažného onemocnění. I kdyby nemocného přímo neohrožovala, měla být řádně vyšetřena.

Projekt Makovice je neocenitelným a dobře dostupným způsobem, jak vyhledat cílenou odbornou pomoc. Bez složité cesty přes praktického či závodního lékaře. Pružnou formou objednání přímou telefonickou linkou či internetem si nemocný sám vybere vyhovující lokalitu, lékaře a časový termín vyšetření. Již zkušenost v prvních čtyřech měsících od spuštění mne jednoznačně přesvědčila o kvalitě a smysluplnosti tohoto projektu.

(MUDr. H. Fučíková, poradna pro léčbu bolesti hlavy)

Zdroj: www.lekarna.cz