



Migréna

Medicínský i lidový název nemoci: migréna

Migréna je chronické záchvatové onemocnění, charakterizované náhlými bolestmi hlavy (převážně na jedné straně) středně silné či silné intenzity, které trvají obvykle 4–72 hodin. Třikrát častěji se migréna vyskytuje u žen a nezávislá je závislá na menstruačním cyklu.

Příznaky: Bodavá, pulzující bolest hlavy na jedné straně, začínající často v týlu a šířící se za oko, nechutenství, dvojitě vidění, rozmazané vidění, různé zrakové vjemy nazývané aura (zářivé body, útvary), přecitlivělost na světlo, zvuk, pocit na zvracení, zvracení, závratě, průjem, častější močení, vzácně zácpa, zhoršená tolerance pohybu a tělesné zátěže při záchvatu.

Příčiny:

- porucha tvorby a účinku neuropřenašečů a jejich odlišné působení na krevní cévy (zvyšuje se propustnost cévních stěn pro určité látky – dochází k úniku látek z krevní cévy do okolní tkáně, kde tyto látky způsobují dráždění receptorů bolesti; kromě toho serotonin vyvolává uvolnění přenašečů, např. prostaglandinů, které v mozku způsobují zúžení cév a mimo mozek rozšíření cév – rozšíření cév v zažívacím traktu je zřejmě u mnoha pacientů s migrénou příčinou nevolnosti, zvracení a průjmu), snížená hladina krevního cukru

- hormonální antikoncepce, hormonální změny (např. po menstruaci), substituční hormonální léčba po klimakteriu

- vrozená predispozice, citové problémy, některé potraviny (alkohol, čokoláda, káva, ořechy, sýr), prostředí (silné osvětlení, tabák, parfém, počasí, změna tlaku), stres (nemoc, práce, nedostatek spánku), úzkost

Fáze migrény:

Úvodní příznaky: prodromy – pocit napětí, předtucha nastupující migrény, podrážděnost, změna chuti, únava, citlivost na světlo a zápach, zadržetí tekutin.

Aura: záblesky před očima, zdvojené vidění, snížená citlivost, obtíže s mluvením, aura předchází záchvatu migrény pouze u 20 procent osob.

Bolest hlavy: středně silná až silná bolest hlavy, obvykle jednostranná, pulzující charakter bolesti, nucení ke zvracení, ospalost, citlivost na světlo, zápach a hluk, přechodná porucha vidění, vyjadřování, někdy slabost končetin.

Odeznění: zvracení, spánek.

Zotavení: omezení chuti k jídlu, únava.

Diagnóza: Důležitá je anamnéza a popis příznaků migrény, neurologické vyšetření, vyšetření krční páteře, biochemické vyšetření krve, zobrazovací metody (CT, magnetická rezonance, EEG – elektroencefalografie), u některých typů migrény i lumbální punkce.

Léčení: Jde o dlouhodobou léčbu, způsob závisí na druhu záchvatů, jejich trvání a intenzitě. Migrénu zpravidla nelze vyléčit, pouze snížit frekvenci, sílu záchvatů a nepříjemné, někdy i závažné doprovodné příznaky.

Doporučují se:

- studené obklady

- pobyt v tmavé místnosti – pro vyloučení vzruchů

- dostatečný spánek, ale nepřespávat v ranních a dopoledních hodinách

- vyhýbat se provokujícím vlivům (červené víno, alkohol, hladovění)

- pravidelný rytmus spánku a bdění

- léky (antiemetika = léky proti zvracení – pro zlepšení vůlí neovladatelných příznaků, jako je např. nevolnost, analgetika = léky proti bolesti, specializované léky: triptany – tablety, podkožní injekce, nosní sprej, dále ergotaminy)

Na koho se obrátit: V první fázi na praktického (obvodního) lékaře, který podle povahy potíží spolupracuje s dalšími odborníky, jako jsou neurolog, otorinolaryngolog a oftalmolog.

Další zdroje informací:

www.migrenik.cz – informace o onemocnění, deník migrenika – záznamy pacienta pro lékaře

www.bolestihlavy.cz – analýza typu bolesti hlavy, rady a doporučení při migréně

Více čtěte v archivu Sanquis!

Eva Bobůrková: Ze zahraničních serverů, <http://www.sanquis.cz/index2.php?linkID=txt58>

Prof. MUDr. Richard Rokyta, DrSc.: Bolest je vždy individuální,

tištěný SANQUIS č. 82/2010, str. 83, <http://www.sanquis.cz/index1.php?linkID=art3217>

Kolektiv autorů – Ústav normální, patologické a klinické fyziologie, 3. LF UK, Praha: Vztah bolesti a stresu, tištěný SANQUIS č. 41/2005, str. 12, <http://www.sanquis.cz/index1.php?linkID=art338>

Tento *typ bolesti*
se zpravidla nedá
zcela vyléčit