

# MIGRAINE EN CLUSTER- HOOFDPIJN

- WAT IS MIGRAINE • WAT IS CLUSTERHOOFD-  
PIJN • MEDICIJNEN BIJ MIGRAINE • MEDICIJNEN  
BIJ CLUSTERHOOFDPIJN • WAT KUNT U ZELF  
DOEN • WAT KAN UW APOTHEKER VOOR U DOEN
- ADVIES IN EEN PERSOONLIJK GESPREK • MEER  
INFORMATIE



# MIGRAINE

## EN CLUSTERHOOFDPIJN

Als u migraine of clusterhoofdpijn heeft, kan uw huisarts u adviseren welke behandeling mogelijk is. Uw huisarts of specialist kan de juiste medicijnen voorschrijven. En natuurlijk biedt uw apotheker informatie en advies over deze medicijnen.

### WAT IS MIGRAINE?

Migraine is een matige tot ernstige bonzende hoofdpijn, meestal aan één kant van het hoofd. De pijnaanvallen kunnen 4 tot 72 uur duren. Gemiddeld heeft een migrainepatiënt 1 tot 4 aanvallen per maand. Soms gaat een aanval gepaard met misselijkheid en braken, en kan de patiënt geen licht en/of geluid verdragen. Vlak voor een migraineaanval zien sommige migrainepatiënten lichtflitsen of sterretjes. Dit heet een aura. Soms treden er een dag tot enkele uren van tevoren verschijnselen op die een aanval aankondigen. Bijvoorbeeld stemmingsveranderingen, actiever zijn dan anders, of juist minder actief, geeuwen en trek in bepaalde dingen, zoals chocolade.

Bij sommige vrouwen wordt een migraineaanval uitgelokt door de schommelingen in het hormoonevenwicht rond de menstruatie. Zij kunnen dan van 2 dagen vóór tot 2 dagen na het begin van de menstruatie een migraineaanval krijgen.

Ook kinderen kunnen last hebben van migraine, maar de verschijnselen zijn vaak anders: het kind is moe en bleek, en ook vaak misselijk. Als het kind hoofdpijn heeft, zit die vaak aan beide kanten van het hoofd. De voortekenen kunnen al een paar dagen van tevoren optreden: het kind is dan moe, gaperig, misselijk, duizelig of overgevoelig voor licht,

het heeft soms buikpijn of diarree, of het voelt warm aan. Ook verontrustende verschijnselen, zoals krachtsverlies, spraakstoornissen en minder goed zien, kunnen bij kinderen een voorbode van migraine zijn. Kinderen kunnen ook buikmigraine hebben; dan hebben ze geen hoofdpijn maar heftige buikpijn waarvoor geen verklaring is te vinden.

### **WAT IS CLUSTERHOOFDPPIJN?**

Clusterhoofdpijn is een zeldzame, ernstige vorm van hoofdpijn die vaker bij mannen voorkomt dan bij vrouwen. De pijn komt in aanvallen van heftige, borende pijn rondom of achter het oog, altijd aan één kant. Het oog kan gaan tranen en rood worden en het ooglid kan 'afzakken'. Tijdens een aanval heeft de patiënt behoefte om te bewegen. Een aanval kan 15 minuten tot 3 uur duren en komt meestal 's nachts. De aanvallen komen in 'clusters': enkele weken of maanden lang verschillende aanvallen per dag. Daarna kan het maanden of zelfs jaren duren voor er een nieuwe periode met aanvallen aanbreekt.

### **MEDICIJNEN BIJ MIGRAINE**

Migraine is niet met medicijnen te genezen. Medicijnen kunnen de aandoening wel een stuk draaglijker maken. Bijvoorbeeld:

- Pijnstillers, zoals paracetamol en de NSAID's (zoals ibuprofen en naproxen), bij lichte vormen van migraine. Een pijnstiller wordt meestal voorgeschreven in combinatie met een middel dat de misselijkheid bestrijdt en de opname van de pijnstiller in het lichaam verbetert.
- Triptanen, zoals sumatriptan, als bovengenoemde pijnstillers onvoldoende helpen.

- Propranolol, metoprolol, topiramaat, valproïnezuur en candesartan, om aanvallen van migraine te voorkomen. Ze kunnen worden voorgeschreven als u meer dan 2 aanvallen per maand heeft.

Het is belangrijk uw medicijnen strikt volgens voorschrift te gebruiken. Dus niet vaker en geen hogere dosis dan uw arts heeft voorgeschreven.

Gebruik medicijnen op recept en medicijnen zonder recept tegen hoofdpijn niet door elkaar zonder te overleggen met uw arts of apotheker.

### **MEDICIJNEN BIJ CLUSTERHOOFDPIJN**

De volgende medicijnen kunnen de aandoening draaglijker maken:

- sumatriptan als neusspray of als injectie.  
U kunt het zelf injecteren;
- inhalatie van zuivere zuurstof;
- verapamil, om aanvallen van clusterhoofdpijn te voorkomen.

Het is belangrijk uw medicijnen strikt volgens voorschrift te gebruiken. Dus niet vaker en geen hogere dosis dan uw arts heeft voorgeschreven.

Gebruik medicijnen op recept en medicijnen zonder recept tegen hoofdpijn niet door elkaar zonder te overleggen met uw arts of apotheker.

## **WAT KUNT U ZELF DOEN**

Migraine: over de oorzaak van migraine is nog niet veel bekend. Daarom is er weinig dat u zelf kunt doen. Dat migraine kan worden uitgelokt door stress of bepaalde voedingsmiddelen, is nooit bewezen. Er is bij migraine vaak sprake van erfelijke aanleg. En soms hangen aanvallen samen met hormonale schommelingen, zoals de menstruatie.

Clusterhoofdpijn: als u al last heeft van clusterhoofdpijn, kan een extra aanval van clusterhoofdpijn worden uitgelokt door alcohol en medicijnen die de bloedvaten verwijden. Het is dus in een aanvalsperiode verstandig om geen alcohol te drinken. Buiten de aanvalsperioden kunt u wel alcohol gebruiken. Overleg met uw arts of apotheker of u medicijnen gebruikt die de bloedvaten verwijden, en of hier alternatieven voor zijn.

## **WAT KAN UW APOTHEKER VOOR U DOEN**

Uw apotheker is gespecialiseerd in medicijnen. Met alle vragen over uw medicijnen kunt u bij de apotheek terecht. Ook krijgt u uitleg over de werking van uw medicijnen en over de beste manier om ze te gebruiken.

## **ZORGVULDIGHEID VOOR ALLES**

Bij de apotheek haalt u uw medicijnen. Degene die u helpt, bekijkt het recept van de arts zorgvuldig en gaat verschillende dingen na. Bijvoorbeeld of de dosering klopt en of u geen problemen krijgt als u dit medicijn gebruikt in combinatie met andere medicijnen.

De gegevens over uw medicijnen houdt men in uw apotheek zorgvuldig bij in de computer. Bent u in het weekend of tijdens de vakantie een keer naar een andere apotheek geweest? Geef dan naderhand door aan uw eigen apotheek welke middelen u ergens anders heeft gehaald. Dan zetten ze ook die gegevens in de computer. Zo blijft de apotheker op de hoogte van uw volledige medicijngebruik en kan hij u goed blijven adviseren.

### **INFORMATIE OVER UW MEDICIJNEN**

- Heeft u vragen over uw medicijnen, of heeft u last van bijwerkingen? Blijf er dan niet mee doorlopen, maar overleg met uw apotheker of arts. Vaak is het mogelijk een alternatief te vinden dat deze bijwerking niet heeft.
- Het is belangrijk de medicijnen die u gebruikt om migraine of clusterhoofdpijn te voorkomen, niet te vergeten. Vindt u het lastig deze elke dag op het juiste tijdstip te nemen? Praat hierover met uw apotheker. Misschien is er een oplossing die bij u past, bijvoorbeeld een (gewijzigd) medicatieschema.

### **ADVIES IN EEN PERSOONLIJK GESPREK**

Misschien heeft u vragen over uw medicijnen, of wilt u meer weten over het gebruik ervan. Als u problemen ervaart die te hebben maken met de werking en de bijwerkingen van uw medicijnen, denkt uw apotheker graag met u mee over mogelijke oplossingen. Graag neemt uw apotheker de tijd om in een persoonlijk gesprek antwoord te geven op uw vragen. Er is ruimte voor een persoonlijk gesprek in de apotheek, maar eventueel ook bij u thuis of telefonisch: het telefoonnummer van uw apotheek staat op het etiket van uw medicijn.

## **MEER INFORMATIE**

Apotheek.nl is de website van de Nederlandse apotheken. Hier vindt u informatie over medicijnen bij migraine en clusterhoofdpijn.

Meer informatie over migraine en clusterhoofdpijn is verkrijgbaar bij Hoofdpijnnet (Allesoverhoofdpijn.nl, hoofdpijnlijn 0900 20 20 590 op maandag, woensdag en vrijdag van 10.00-12.00 uur, € 0,25 per minuut).

## **BELANGRIJK**

- Over de oorzaken van migraine en clusterhoofdpijn is weinig bekend.
- Er is niet bewezen dat stress of voeding migraine kunnen uitlokken.
- Tijdens een aanvalsperiode van clusterhoofdpijn is het verstandig om geen alcohol te drinken.
- Uw apotheker kan u altijd advies geven over het gebruik van uw medicijnen.
- Het is belangrijk uw medicijnen strikt volgens voorschrift te gebruiken. Dus niet vaker en geen hogere dosis dan uw arts heeft voorgeschreven.
- Gebruik medicijnen op recept en medicijnen zonder recept tegen hoofdpijn niet door elkaar zonder te overleggen met uw arts of apotheker.

## **Vraag over uw medicijnen? Apotheek.nl**

Herzien juni 2018.