

MIGRÄN

HUVUDVÄRK

Det finns många olika typer av huvudvärk, tex Hortons huvudvärk, spänningshuvudvärk och migrän. De flesta är helt ofarliga. Hortons huvudvärk är exempel på en av de svårare typerna av huvudvärk. Sjukdomen yttrar sig genom attacker av mycket svår huvudvärk som är återkommande under perioder från en vecka upp till några månader. Huvudvärk kan även uppstå vid hjärntumör.

Migrän är en av våra vanligaste folksjukdomar och drabbar över en miljon svenskar. Migrän kan utlösas av stress, sömnbrist, fasta, viss mat och hormonförändringar hos kvinnor. Migrän är ofarligt och det finns effektiva läkemedel som i de flesta fall kan bryta huvudvärken. I vissa fall kan även förebyggande läkemedel ges. Migrän är en neurologisk sjukdom som kan drabba vem som helst. Orsaken till migrän är inte helt klarlagd, men det verkar till stor del vara en ärftlig sjukdom. Ett komplicerat samspel mellan nerv- och blodkärlssystemen pågår under ett migränanfall, samtidigt som kemiska ämnen frigörs och gör blodkärlen extra smärtekänsliga.

SYMPTOM

Migrän kännetecknas av en kraftig pulserande huvudvärk som kommer i attacker. Huvudvärken är förenad med illamående, kräkningar, känslighet för ljud, ljus och lukter och i vissa fall även halvsidig domning i armar och ben. Huvudvärken kan förvärras av fysisk aktivitet. Man brukar tala om två typer av migrän:

- Migrän med aura har ett förstadium som ofta består av synpåverkan med flimmar. Många får känselrubbingar som endast drabbar den ena kroppshalvan. Man kan också få talsvårigheter eller hörselstörningar innan huvudvärken kommer. Aurasymtom inleder vanligtvis migränattacken och varar från fem minuter till en timme och följs oftast av huvudvärk.
- Migrän utan aura har inget markerat förstadium. Innan migränen utlöses kan man drabbas av humörsvägningar, trötthet, koncentrationssvårigheter eller ett sug efter sötsaker. Ett migränanfall utan aura kan vara mellan en halv timme och tre dygn. Efter attacken är det inte ovanligt att man känner sig utmattad och kraftlös.

DIAGNOS OCH BEHANDLING

Man kan inte bota migrän men man kan göra mycket själv för att minska antalet attacker genom att komma underfund med vad som framkallar attackerna och undvika de faktorerna så gott det går.

Det finns effektiv behandling mot nästan all migrän, både mediciner som hjälper när attacken kommer och de som förebygger migrän.

FORSKNING

Intresset om vad som egentligen händer i kroppen vid ett migränanfall är stort. Dessutom pågår stora genetiska studier, s.k. genome-wide association studies (GWAS), där man screenar ett stort antal genetiska markörer över hela genomet i migränregister från olika delar av världen. Genom dessa screeningar kan man identifiera nya genetiska riskfaktorer för migrän. Tidigare har man enbart identifierat mutationer som ärvs med sjukdomen i monogena former av migrän (då bara en enda gen orsakar sjukdomen), men de senaste GWAS rapporterna hittar genetiska varianter som är associerade med sporadisk migrän både med och utan aura i flera delar av världen. Man har kunnat observera effekter på genuttryck för några av dessa genetiska varianter som ligger nära/i gener, men det finns mycket arbete kvar att göra.

VISSTE DU ATT

- Migrän kännetecknas av kraftigt pulserande huvudvärk som kommer i attacker
- Över 1 miljon svenskar är drabbade av migrän.
- Migrän är vanligare bland kvinnor.
- Att ha släktingar med migrän är en stark riskfaktor och ärftligheten har uppskattats vara så hög som 50%.