

2011-2012 Pasauliniai kovos su galvos skausmu metai



MIGRENA IR ORGANIZMO HORMONŲ POKYČIAI

Nustatyta, kad 1 iš 5 moterų ir 1 iš 13 vyrų serga migrena, tad tai moterų liga. Vaikystėje, tiek berniukams, tiek mergaitėms migrena pasireiškia vienodai dažnai, tačiau lytinio brendimo pabaigoje ji jau dažnesnė moterims. Iki 20 proc. moterų migrena pasireiškia tais pačiais metais, kaip ir pirmosios menstruacijos. Nustatyta, kad menstruacijos yra vienas svarbiausių veiksnių, išprovokuojančių migreną. Pomenopauziniu periodu migrenos dažnis mažėja.

Pasaulio sveikatos organizacija nurodo, kad migrena yra viena iš svarbiausių priežasčių, ribojančių aktyvumą. Ji įtakoja rezultatus mokykloje, darbe, socialinius santykius ir kt.

Iki 60 proc. moterų atžymi migrenos ryšį su menstruacijomis. Migrenos priepuoliai dažnesni likus 2 dienoms iki menstruacijų ir tęsiasi pirmas 3 menstruacijų dienas.

Tarptautinė galvos skausmo asociacija išskiria 2 migrenos tipus – 1) su menstruacijomis susijusi (visada pasireiškia 2 dienas iki menstruacijų arba 3 dienas po jų, tačiau priepuoliai gali būti ir kitu ciklo metu); 2) tikroji menstruacijų migrena (visada pasireiškia 2 dienas iki menstruacijų arba 3 dienas po jų, tačiau nebūna kitu ciklo laiku).

Taigi, su menstruacijomis susijusi migrena diagnozuojama, kai toks ryšys stebimas 3 mėnesius. Menstruacijų migrenos trukmė dažniausiai ilgesnė, skausmo intensyvumas didesnis, blogiau pasiduoda gydymui.

Skausmo mechanizmas

Menstruacijų migrena susijusi su natūraliu estrogenų koncentracijos sumažėjimu prieš menstruacijas. Išsiskiria daugiau aktyvių medžiagų (prostaglandinų), kas sąlygoja didesnę skausmo intensyvumą ir priepuolio sunkumą.

Gydymas

Jei efektyvus priepuolių gydymas, dažniausiai to ir pakanka. Efektyvūs ir gerai toleruojami vaistai – sumatriptanas 50mg ir 100 mg, mefenaminė rūgštis 500 mg, rizatriptanas 10 mg, taip pat sumatriptano/naprokseno derinys 85/500 mg. Profilaktinis gydymas reikalingas, siekiant sumažinti priepuolių dažnį ir sunkumą. Profilaktikai gali būti skiriamas estradiolis 1.5 mg, kai kurie triptanai. Efektyvūs ir peroraliniai kontraceptikai. Kontraceptikų (estrogeninių) negalima vartoti, jei yra migrena su aura, nes padidėja išeminio galvos smegenų insulto rizika.

Nėštumas ir maitinimas krūtimi

Iki 80 proc. moterų migrenos priepuoliai nėštumo metu labai suretėja, ypač jei jie buvo susiję su menstruacijomis. 20 proc. moterų skausmo priepuoliai visai išnyksta. Nėščiosios, sergančios migrena turėtų būti stebimos, dėl didesnės venų ir arterijų trombozės, preeklampsijos, nėščiųjų hipertenzijos rizikos. Maitinimas krūtimi taip pat teigiamai veikia migrenos eigą.

Šaltinis: Tarptautinė skausmo studijų asociacija, <http://www.iasp-pain.org>