Hvordan behandler man migræne?

Der er god dokumentation for, at medicinsk behandling er effektivt mod migræne. Sammen med sin læge finder man den behandling, der har bedst effekt og færrest bivirkninger.

I langt de fleste tilfælde kan migræne både diagnosticeres og behandles hos alment praktiserende læge.

I svære eller komplicerede tilfælde kan det være nødvendigt med en henvisning til en specialist, såsom privatpraktiserende neurolog eller neurologisk afdeling.

Medicinsk behandling

Der er flere forskellige muligheder for at behandle migræne med medicin. Både smertestillende lægemidler, som fås i håndkøb, og lægemidler, man skal have på recept hos lægen, kan bruges.

Der er god dokumentation for, at medicinsk behandling er effektivt mod migræne. Det gælder uanset, om man bruger medicin i håndkøb eller medicin på recept.

Stærk smertestillende medicin som morfin virker ikke på migræne, og bør undgås.

Når man skal finde den bedste behandling, er det ikke usædvanligt, at man skal afprøve flere forskellige lægemidler. En behandling er effektiv, hvis den kan stoppe migræneanfaldet helt eller halvere smerterne.

Når man afprøver en behandling skal det ske på forskellige tre anfald. Hvis ikke er der tilstrækkelig effekt eller uacceptable bivirkninger, gå man videre til det næste, indtil man finder det rigtige, hvor man oplever den bedste effekt med færrest bivirkninger.

1. trin: Almindelig smertestillende medicin
2. trin: Triptaner
3. trin: Gepanter

Ikke-medicinsk behandling

Selvom der kun er sparsom videnskabelig dokumentation for effekten, kan man bruge for eksempel akupunktur, kiropraktik eller fysioterapi enten som tillægsbehandling eller hvis man ikke kan tåle den anbefalede medicinske behandling.

Psykologisk behandling og smertehåndtering kan også være gavnlig for nogen.

Fordi den videnskabelige dokumentation for ikke-medicinsk behandling er sparsom, er det vigtigt at holde øje med, om man får det ud af behandlingen, som man er blevet stillet i udsigt.

Senest fagligt opdateret

08.12.2024 af professor, overlæge Messoud Ashina, Dansk Hovedpinecenter