



# Temaundersøgelse om håndtering af hovedpine

Formålet med undersøgelsen var at få indblik i, hvad mennesker med hovedpine opsøger af behandling, og hvad de gør for at håndtere lidelse.

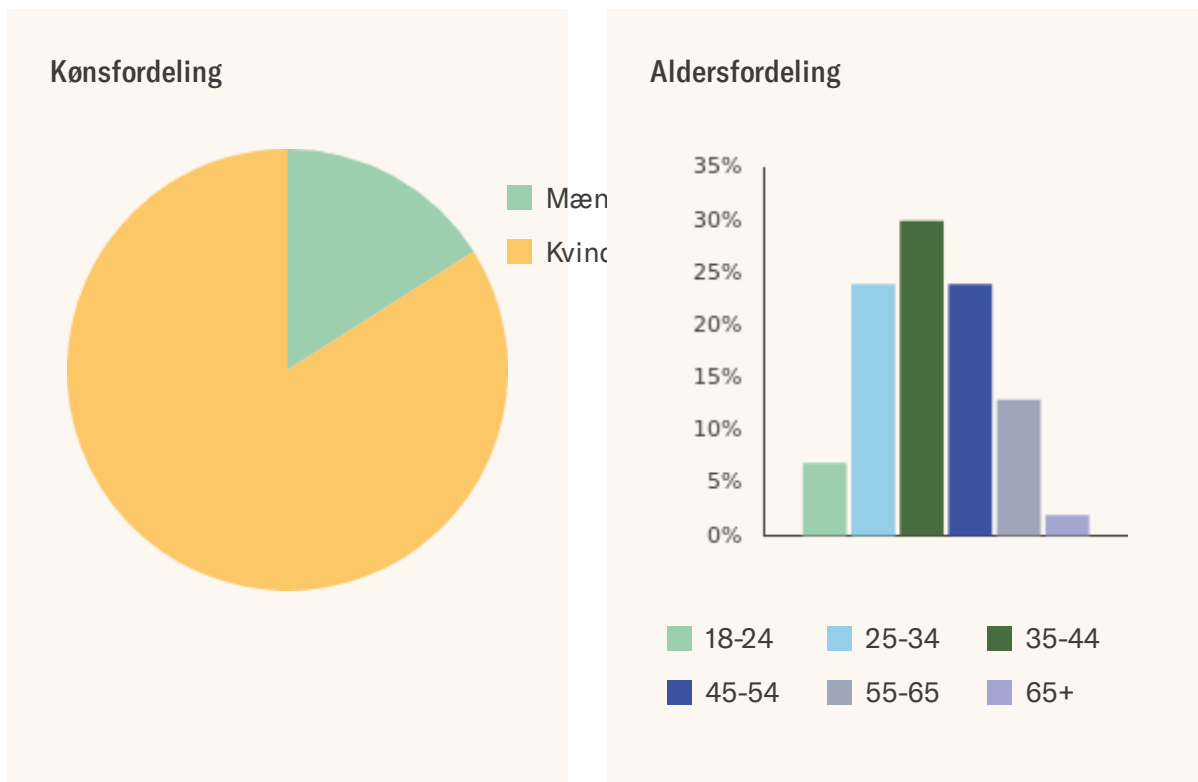
## Om undersøgelsen

Undersøgelsen er udarbejdet af Nationalt Videnscenter for Hovedpine.

Spørgeskemaet blev sendt ud til 4.431 personer, hvoraf 2.995 (68 procent) svarede på alle spørgsmålene.

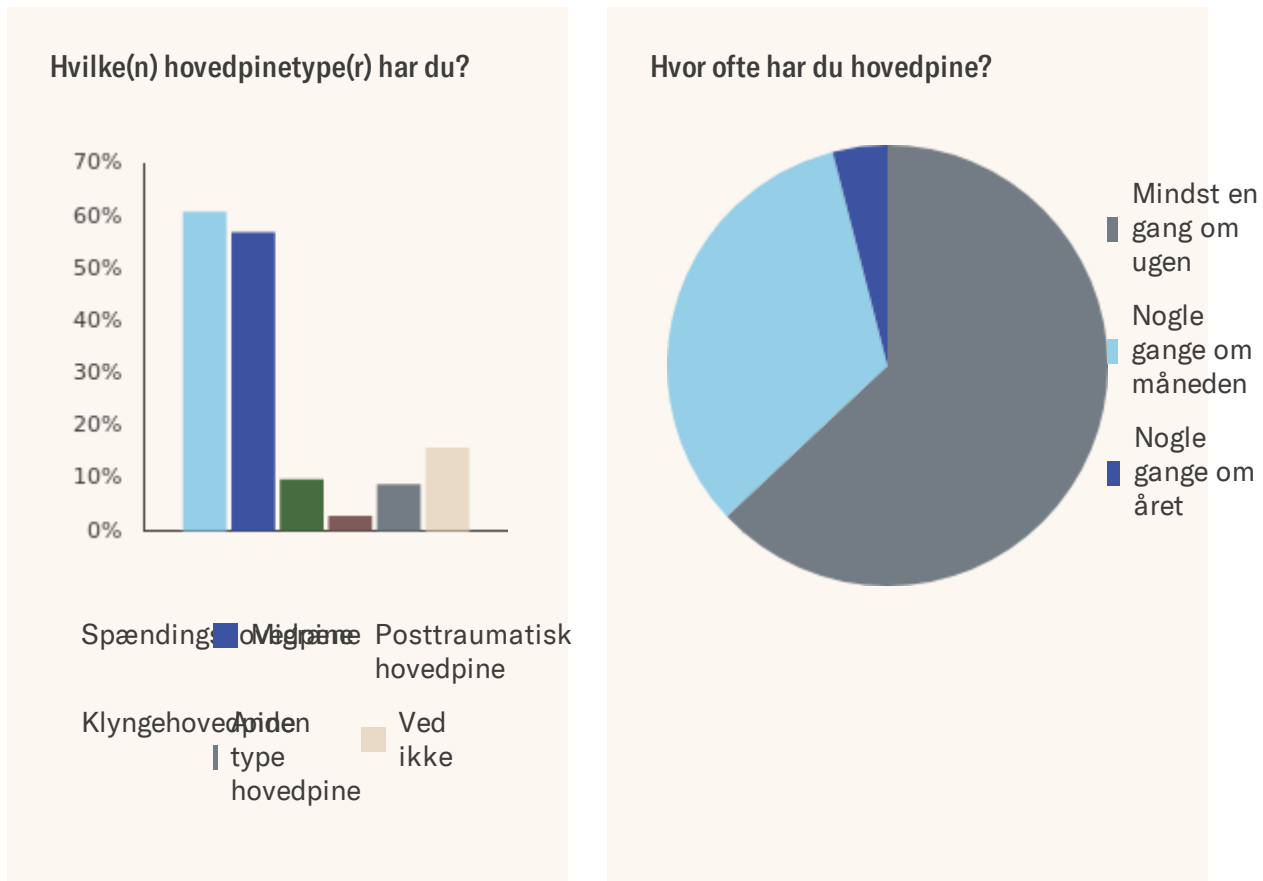
Der blev indsamlet svar i perioden fra 23. september til 4. oktober 2021.

## Om deltagerne



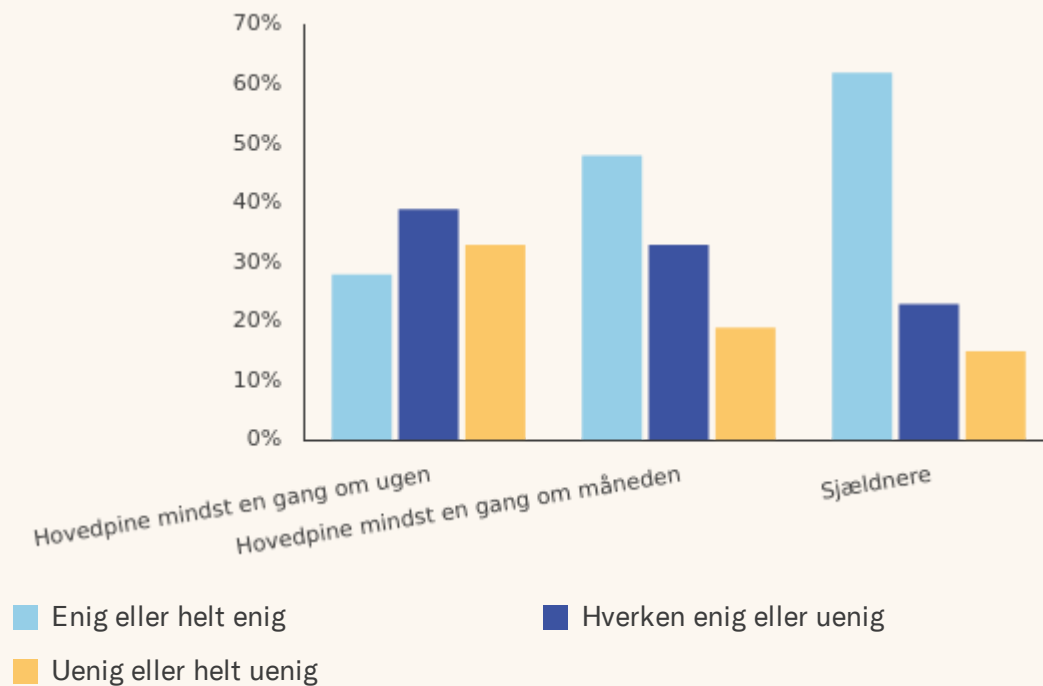
## Hovedpinehyppighed og hovedpinetyper

Der var flest deltagere, der havde henholdsvis spændingshovedpine og migræne. Det er ikke usædvanligt for den enkelte med hovedpine at have flere hovedpinetyper på én gang. Oftest er det spændingshovedpine i tillæg til en anden type. Det gjaldt også for deltagerne i panelet, som deltog i undersøgelsen.



### Det går godt med at håndtere min hovedpine

"Hvor enig er du i følgende udsagn: Det går godt med at håndtere mine hovedpineanfald"

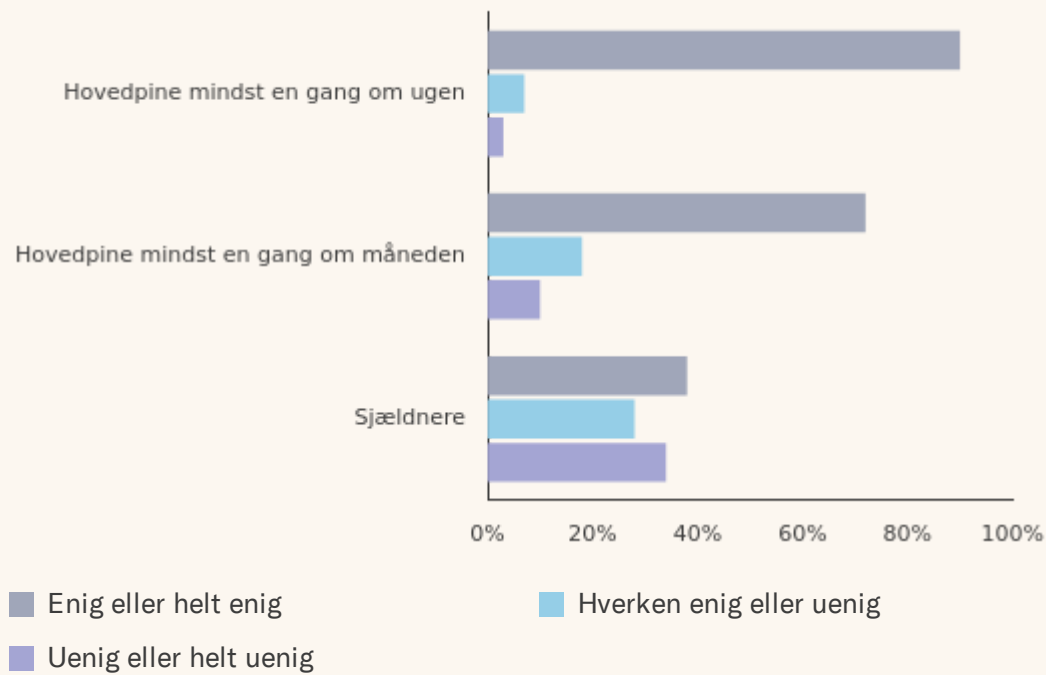


### Belastning som følge af hovedpinefrekvens

Jo oftere, deltagerne havde hovedpine, desto større var sandsynligheden for, at de oplevede deres hovedpine som en belastning i deres hverdag.

### Er hovedpine i belastning i din hverdag?

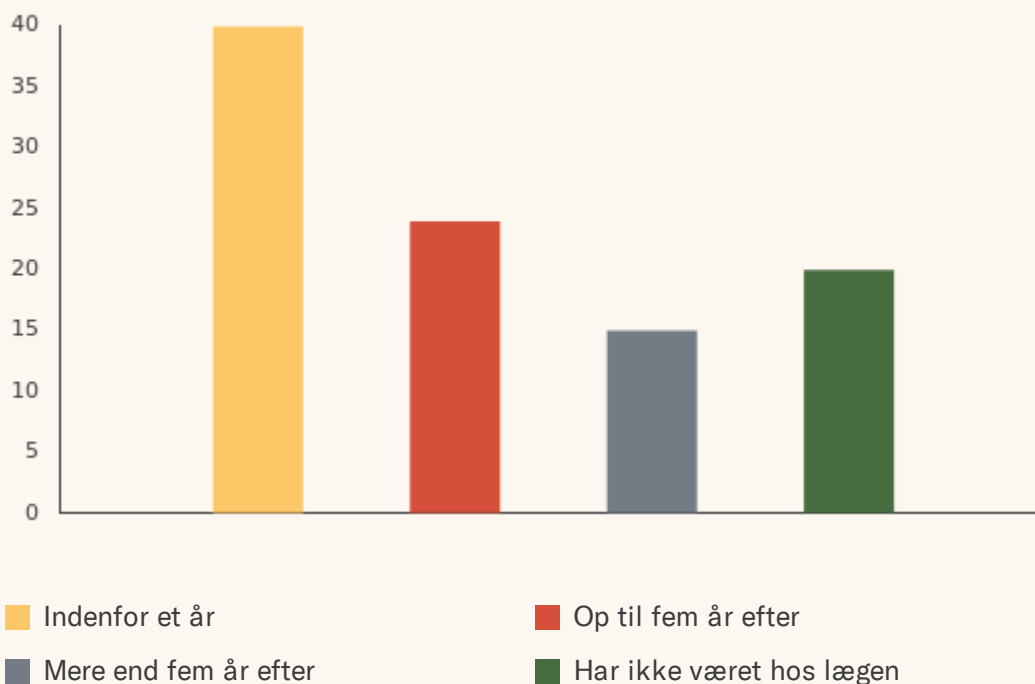
"Hvor enig er du i følgende udsagn: Min hovedpine er en belastning for min hverdag"



## Opsøgt behandling

### Hvornår søger man læge, hvis ens hovedpine er en belastning

"Hvor lang tid gik der fra din hovedpine begyndte til, du opsøgte din læge?"  
Kun svar fra deltagere, der har angivet, at deres hovedpine er en belastning for deres hverdag.

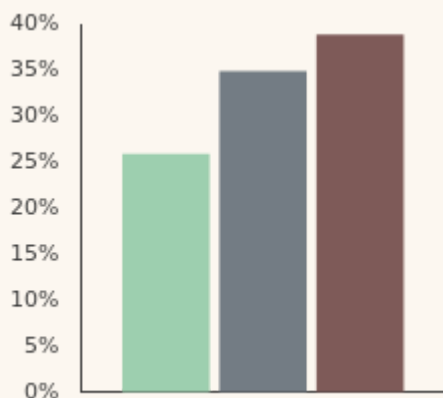


### Oplevede gevinster ved at tale med sin læge om hovedpine

I undersøgelsen blev der spurgt ind til hvad dem, der havde søgt læge, fik ud af konsultationen. Her var det kun hver fjerde (26 procent), der følte, at de var blevet bedre i stand til at håndtere deres hovedpine. Kun hver tredje (29 procent) svarede, at de var blevet klogere på deres hovedpine.

### Bedre evne til at håndtere hovedpine

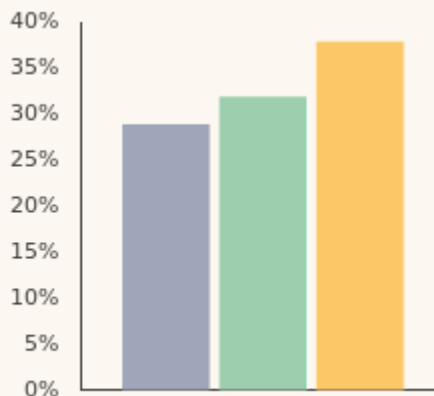
"Hvor enig er du i følgende udsagn: Efter jeg har været til lægen med min hovedpine, kan jeg bedre håndtere mine hovedpineanfald"



■ Enig eller helt enig ■ Hverken enig eller uenig ■ Uenig eller helt uenig

### Mere viden om hovedpine

"Hvor enig er du i følgende udsagn: Efter jeg har været til lægen med min hovedpine, er jeg blevet klogere på min hovedpine"



■ Enig eller helt enig ■ Hverken enig eller uenig ■ Uenig eller helt uenig

## Årsager til ikke at opsøge læge for behandling af hovedpine

De deltagere, der svarerde, at de ikke havde søgt læge, blev adspurgt, hvorfor de ikke havde søgt læge.

### Årsager til at man ikke har været ved lægen med sin hovedpine

Jeg ved ikke, om min læge kan hjælpe mig med min hovedpine	37%
Min hovedpine er ikke slem nok til at gå til lægen	22%
Jeg har overvejet at snakke med min læge, men har ikke fået gjort det	22%
Jeg har ikke brug for min læges hjælp til at håndtere min hovedpine	9%
Andet	10%

Undersøgelsen peger på, at der generelt mangler viden om hovedpine både hos behandlere og hos personer med hovedpine.

## Læs mere

- Den videnskabelige artikel [Characterizing healthcare utilization patterns in a Danish population with headache: results from the nationwide headache in Denmark \(HINDER\) panel](#) i tidsskriftet [The Journal of Headache and Pain](#).