



Hvidbog: Hovedpine er en folkesygdom, vi kan gøre noget ved

Nationalt Videnscenter for Hovedpine har udarbejdet en hvidbog med anbefalinger til en forstærket indsats mod hovedpine.

Hvidbogen giver en række anbefalinger til en forstærket indsats mod de mest udbredte hovedpinesygdomme: migræne, spændingshovedpine og medicinoverforbrugshovedpine.

Underdiagnosticering og underbehandling

Den samfundsmæssige udfordring ved hovedpine er underdiagnosticering og underbehandling af de hyppigste hovedpinetyper. Underdiagnosticeringen skyldes i høj grad, at mange undlader at søge hjælp hos læge trods belastende hovedpine.

Flere kan behandles effektivt

Dansk hovedpineforskning er verdensførende. Det samme er vores højt specialiserede hovedpineklinikker. Det skal komme flere til gode. Ambitionen for hvidbogen er derfor, at disse førerpositioner også kan omsættes til, at flere får hjælp til deres hovedpine.

Særligt fokus på hovedpine hos børn og unge

Hovedpine er også udbredt hos børn og unge. Adspurgte om hovedpine, svarer omtrent hvert femte barn i 4.-9. klasse, at de har hovedpine hver uge eller oftere. Forekomsten af migræne blandt børn og unge i skolealderen er 7 procent.

Bred opbakning til hvidbogen

Hvidbogen er blevet til i samarbejde med en lang række eksperter, faglige selskaber og patientforeninger på hovedpineområdet.

Anbefalingerne i hvidbogen er fordelt på tre indsatsområder. Se dem herunder:



Anbefalinger til en forstærket folkeoplysning om hovedpinesygdomme

08/10/2026

Hvidbog: Hovedpine er en folkesygdom, vi kan gøre noget ved - Nationalt Videnscenter for Hovedpine

- Flere skal have kendskab til hovedpinesygdomme
- Flere skal have viden om sikker og hensigtsmæssig brug af lægemidler mod hovedpine
- Flere skal have strategier til at håndtere deres hovedpine hensigtsmæssigt
- Brug for mere viden om adfærd ved hovedpine udenfor sundhedsvæsenet

Anbefalinger til en styrket behandling af hovedpine i sundhedsvæsenet

- Nationale kliniske retningslinjer for behandling af de mest udbredte hovedpinesygdomme
- Bedre udnyttelse af praksispersonale i behandling af hovedpine
- Fremme systematisk afprøvning af medicinske behandlingsmuligheder mod migræne
- Tilgængelighed af nye medicinske behandlinger skal prioriteres
- Fremme brugen af redskaber til diagnosticering og opfølgning gennem digitalisering

Anbefalinger til en styrket indsats for børn og unge

- Kampagne om hovedpine blandt børn og unge målrettet forældre
- Kampagne om hovedpine og smertestillende medicin målrettet teenagere
- Styrkelse af skolesundhedsplejerskernes viden om og arbejde med hovedpine
- Behandlingsvejledning og guidelines til praktiserende læger om hovedpine blandt børn og unge
- Styrke tilgængelighed og kapacitet inden for behandling af hovedpine hos børn og unge



Download

Hvidbog: Hovedpine er en folkesygdom, vi kan gøre noget ved



08/10/2026

Hvidbog: Hovedpine er en folkesygdom, vi kan gøre noget ved - Nationalt Videnscenter for Hovedpine

