



## I tvivl om hovedpine

De fleste typer hovedpine kan behandles effektivt. Derfor er det afgørende at vide, hvilken type hovedpine, man har.

Næsten alle har prøvet at have forbigående hovedpine af mild karakter. Det kan for eksempel skyldes, at man har fået for lidt søvn, at man har fået for meget alkohol eller at man ikke har fået spist eller drukket nok i løbet af dagen.

Men hovedpine er meget andet end det. Der findes mange forskellige typer hovedpine, som både kan være utroligt smertefulde og tilbagevendende. Hovedpine behøver altså ikke være et symptom på noget andet, men kan være en sygdom i sig selv.

Mange typer hovedpine kan behandles effektivt. Det første skridt er at finde ud af, hvilken type hovedpine man har.



Hvordan stilles diagnosen?



Første skridt til at stille en diagnose er en grundig samtale om hovedpinen og en almindelig fysisk undersøgelse.

Der findes ikke biologiske tests som f.eks. blodprøver eller lignende, der kan afgøre, hvilken type hovedpine man har.

Beskrivelsen af hovedpinen er afgørende for, at lægen kan stille den korrekte diagnose. Lægen vil derfor spørge ind til hovedpinen, og hvilke symptomer man oplever.

#### Typiske spørgsmål fra lægen

- Hvor hovedpinen sidder
- Hvor ofte man har hovedpine
- Hvor længe hovedpineanfaldet varer
- Hvordan smerten føles
- Om der er kvalme
- Om der er overfølsomhed overfor lys eller lyd

Det kan være svært at huske præcist, hvordan hovedpinen føltes, hvor mange gange man har haft hovedpine osv. For at få et samlet billede af hovedpinen, kan man få udleveret en hovedpinedagbog, som udfyldes ved anfald hen over en periode.

## Hovedpine er ubehageligt, men sjældent farligt

Hovedpine er sjældent et tegn på alvorlig sygdom. Men vedvarende og tilbagevendende hovedpine bør vurderes af egen læge, som kan udelukke anden årsag og stille en diagnose.

En kendt hovedpinesygdom er i sig selv ufarlig, selvom et anfald kan opleves voldsomt og nærmest som om, at noget går i stykker inde i hovedet.

Uanset hvor smertefuld og ubehagelig, et hovedpineanfald kan være, efterlader den ikke skader på hjerne, blodkar eller andre steder i kroppen.

#### Hvornår skal man kontakte egen læge, vagtlæge eller 112?

Kontakt hurtigst muligt egen læge:



Ved vedvarende hovedpine ledsaget af hukommelsesproblemer, koncentrationsbesvær, træthed, psykisk ændring, usikker gang.

Ring til vagtlægen eller 112:

Ved pludselig indsættende hovedpine af svær styrke, eller hvis hovedpinen er ledsaget af bevidsthedspåvirkning, lammelser eller taleproblemer, høj feber, nakkestivhed kramper, problemer med syns-, -tale- og følesans.

Senest fagligt opdateret

08.12.2024 af professor, overlæge Messoud Ashina, Dansk Hovedpinecenter

