

Hovedpine påvirker hele familien

Belastningen ved at leve med hovedpine rækker videre end den enkelte og rammer hele familien. Det viser en ny undersøgelse fra Nationalt Videnscenter for Hovedpine. God behandling kan forbedre livet for både den ramte og de nærmeste, siger videnscentrets leder, professor Messoud Ashina.

Flere hundrede tusinde voksne danskere lever med migræne eller andre alvorlige hovedpinesygdomme. Minimum 1 ud af 10 har migræne og mange har mere end en hovedpinesygdom på samme tid. Det har store konsekvenser, som også i høj grad påvirker partner og børn.

Omkostninger for de nærmeste

En ny undersøgelse med svar fra næsten 2.000 voksne danske med hovedpinesygdom kortlægger nogle af de indirekte følger af hovedpine, og særligt hvordan hovedpinen påvirker de nærmeste pårørende som partner og børn:

”De konsekvenser ved hovedpinesygdom, som de nærmeste må bære, er et område, der ofte overses i analyser af sygdommens samfundsøkonomiske omkostninger. Tager man de indirekte konsekvenser med, som vores undersøgelse peger på, er migræne og hovedpinesygdom en endnu større udfordring, end vi ofte tror,” siger professor Messoud Ashina, som leder Nationalt Videnscenter for Hovedpine.

Trækker sig fra familien

I undersøgelsen siger et stort flertal, at deres hovedpinesygdom begrænser deres deltagelse i familieaktiviteter. Det drejer sig både om praktiske opgaver og at være mentalt fraværende, som flere end 8 ud af 10 angiver.

2 ud af 3 oplever, at deres hovedpinesygdom udfordrer deres parforhold.

”Det viser tydeligt, at hovedpinesygdomme som migræne påvirker de normale aktiviteter, der er forbundet med familieliv. Personer med hovedpine bliver ofte nødt til at trække sig både fysisk og mentalt på grund af deres smerter og andre symptomer, og det kan selvsagt være en enorm belastning for de nærmeste,” siger Messoud Ashina.

Generelt gælder, at jo hyppigere hovedpinen er, desto større er belastningen for parforhold, forælderrolle og familieliv.



Forholdet til børn

23/09/2026

Hovedpine påvirker hele familien - Nationalt Videnscenter for Hovedpine

Over halvdelen angiver, at de ville være bedre forældre, hvis de ikke havde hovedpine, og 4 ud af 10 vurderer, at deres børn ville have et bedre liv, hvis det ikke var for hovedpinen.

”Det understreger hvor vigtigt, det er, at personer med hovedpinesygdom får optimal behandling. Det hjælper ikke bare den enkelte, men også deres partner og børn. Især indenfor migræne findes der gode behandlingsmuligheder, som flere skal kende til og efterspørge,” siger Messoud Ashina.

Han henviser til en tidligere undersøgelse, som viser, at omkring hver femte med hovedpine hver uge ikke har søgt læge. Den primære årsag er, at de ikke tror, der er hjælp at få.

