

Migræne Fokus Uge skal få flere til at søge behandling

I denne uge er det Migræne Fokus Uge. For fjerde gang bruger Nationalt Videnscenter for Hovedpine uge 39 til at dele fakta om migræne, skabe opmærksomhed om sygdommen, modvirke misforståelser og få flere til at opsøge hjælp og behandling.



Årets Migræne Fokus Uge fokuserer ikke mindst på behandlingsmulighederne. Der er flere muligheder for effektiv medicinsk behandling af migræne end nogensinde før. Men flere har brug for viden om mulighederne, så de sammen med lægen kan finde den rette behandling:

”Migræne er en folkesygdom, som rammer mindst hver tiende dansker. Alligevel får mange ikke den rette behandling. Bedre viden om sygdommen og dens behandling kan hjælpe flere videre. Derfor sætter vi i årets Migræne Fokus Uge fokus på, at flere får gavn af de behandlinger, vi allerede har. Det siger professor Messoud Ashina, leder af Nationalt Videnscenter for Hovedpine.



Messoud Ashina leder også Center for Discoveries in Migraine på Rigshospitalet.

23/09/2026

Migræne Fokus Uge skal få flere til at søge behandling - Nationalt Videnscenter for Hovedpine

Effektive behandlinger

Et centralt budskab i fokusugen er, at der findes effektive behandlinger. Mange kan få færre anfald og bedre lindring under anfaldene, når behandlingen tilpasses deres behov.

”Migræne er desværre underdiagnosticeret og underbehandlet, og mange personer med migræne ved slet ikke, at de har sygdommen. Nogle forsøger at klare sig med smertestillende håndkøbsmedicin. Det kan hjælpe, men hvis effekten er utilstrækkelig, bør man tale med sin læge om andre muligheder,” siger Messoud Ashina.

Første skridt er at få stillet den rigtige diagnose. Det er vigtigt, fordi behandlingen afhænger af, hvilken type hovedpine man har. En hovedpinedagbog kan hjælpe med at beskrive symptomerne og antallet af hovedpinedage og give et bedre grundlag for samtalen med lægen.

Store fremskridt i behandlingen

En stor sammenlignende analyse offentliggjort i **BMJ** i 2024 viste, at flere triptaner er blandt de mest effektive tabletbehandlinger af migræneanfald hos voksne. Triptaner har været på markedet siden 1990'erne, men mange med migræne får dem ikke afprøvet tilstrækkeligt. Hvis én triptan ikke hjælper, kan en anden være relevant. Valget afhænger af effekt, bivirkninger og den enkeltes øvrige helbred.

”Vores budskab er, at der findes effektiv medicin til både at lindre migræneanfald og forebygge nye anfald. Der er sket store fremskridt i behandlingen, og forskningen kan give os flere muligheder for at hjælpe dem, som fortsat er hårdt ramt.”

Han slutter:

”Mange kan få god effekt af triptaner, når behandlingen bliver afprøvet systematisk sammen med lægen. Ved hyppige eller meget belastende anfald bør man også tale om forebyggende behandling. Det kan være relevant, selv om anfaldsmedicinen virker.”

Nationalt Videnscenter for Hovedpine har udviklet redskabet '3x3 Triptan' for at støtte samarbejdet mellem patient og læge om at afprøve triptaner. Redskabet hjælper med at registrere effekt og bivirkninger ved tre anfald for hver af op til tre forskellige triptaner. Afprøvningen aftales med lægen og tilpasses den enkeltes behov.

Migræne Fokus Uge er inspireret af den britiske Migraine Awareness Week, som gennemføres i september måned af fonden Migraine Trust.

