



ANALYSENOTAT

Hovedpine og familieliv

Hovedpinesygdom påvirker ikke kun den enkelte, men også partner og børn og udgør en betydelig byrde for familielivet.



Indhold

Baggrund	3
Hovedresultater	3
Perspektiver	3
Deltagere i undersøgelsen	4
Hovedpine påvirker familieaktiviteter	5
Hovedpine påvirker forældreskab	6
Hovedpine og parforhold	6
Referencer	6

“ Mere viden og flere i behandling kan ikke alene hjælpe den enkelte, men også aflaste partner og børn og dermed styrke livskvaliteten for hele familien. ”

Baggrund

Hovedpinesygdomme er blandt de mest udbredte neurologiske lidelser og kan have store konsekvenser for livskvalitet og dagligdags udfoldelse.

Man kender til omkring 200 forskellige typer af hovedpinesygdomme. De mest udbredte er migræne og spændingshovedpine. I Danmark har mindst 1 ud af 10 voksne migræne, mens endnu flere har spændingshovedpine. Mange har flere hovedpinesygdomme samtidig.

Denne undersøgelse ser på de indirekte følger af hovedpine, særligt hvordan den påvirker de nærmeste pårørende som partner og børn – et område, der ofte overses i analyser af de samfundsøkonomiske omkostninger ved hovedpinesygdom.

Hovedresultater

Belastningen ved at leve med hovedpine rækker videre end den enkelte og rammer hele familien. Undersøgelsen viser, at hovedpine har en negativ indvirkning på relationen til både partner, børn og familiens fælles aktiviteter.

Et stort flertal fortæller, at hovedpinen begrænser deres deltagelse i familielivet:

71%

har undgået familieaktiviteter de seneste 30 dage

66%

oplever, at hovedpinen udfordrer parforholdet

56%

mener, de ville være bedre forældre uden hovedpine

39%

vurderer, at deres børn ville have et bedre liv, hvis de ikke havde hovedpine

Perspektiver

Undersøgelsen dokumenterer, at hovedpine ikke kun rammer den enkelte, men også påvirker relationer og livskvalitet for de nærmeste. Der er derfor et stort potentiale i at reducere de indirekte følger af hovedpine gennem bedre behandling.

Migræne og andre hovedpinesygdomme er fortsat underdiagnosticeret og underbehandlet i Danmark. Tidligere undersøgelser har vist, at mange med hyppig og belastende hovedpine ikke søger lægehjælp, selvom der findes effektive behandlingsmuligheder – også forebyggende medicin.

Mere viden og flere i behandling kan ikke alene hjælpe den enkelte, men også aflaste partner og børn og dermed styrke livskvaliteten for hele familien.

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



Deltagere i undersøgelsen

Undersøgelsen bygger på svar fra 1.832 voksne danskere med hovedpine, indsamlet gennem Hovedpinepanelet i vinteren 2022. Ud af de 4.436 medlemmer i Hovedpinepanelet,

gennemførte 1.832 hele spørgeskemaet. Kun disse komplette besvarelser er medtaget i undersøgelsen. Af disse 1.832 var 1.413 (78 %) i et parforhold og 1.204 (66 %) havde børn.

GENNEMSNETSALDER

45 år

KØNSFORDELING

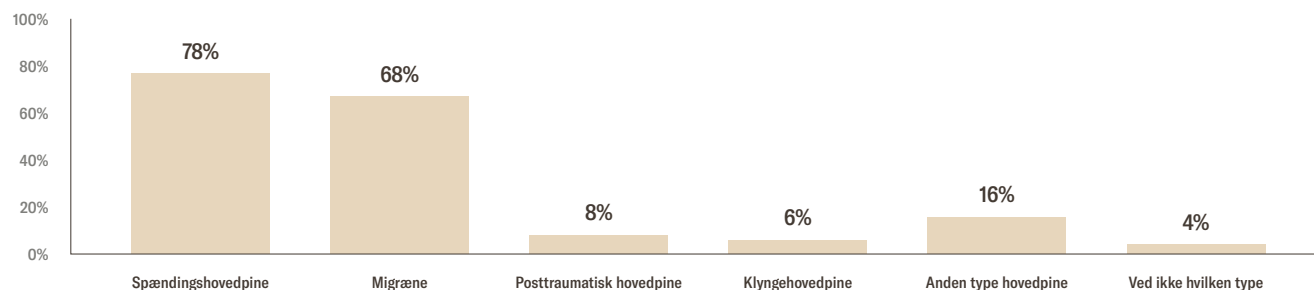
83%

17%

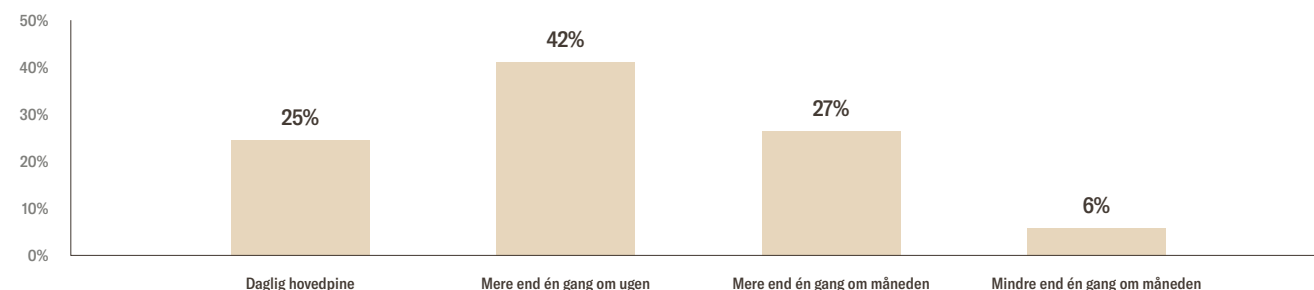
Kvinder

Mænd

HOVEDPINETYPE (mange har mere end én hovedpinesygdom)



HYPPIGHED AF HOVEDPINE



Om Hovedpinepanelet

- Hovedpinepanelet er et onlinepanel, hvor personer over 18 år kan tilmelde sig og modtage spørgeskemaundersøgelser om hovedpine.
- Køn og alder er eneste sociodemografiske data på medlemmerne.
- Medlemssammensætningen er ikke repræsentativ for den danske befolkning eller for personer med hovedpine.
- Sundhedsoplysninger om for eksempel diagnoser er selvrapporteret og registreres udelukkende på undersøgelsesniveau.

Hovedpine påvirker familieaktiviteter

Mere end 4 ud af 5 har undgået huslige opgaver på grund af hovedpine de seneste 30 dage. Over halvdelen flere gange.

69 % har fået deres partner til at overtage forældreansvar mindst én gang. Blandt dem med daglig hovedpine gjaldt det næsten 80 %.

Resultaterne viser en klar sammenhæng: Jo hyppigere hovedpine, desto oftere må man undgå aktiviteter, opgaver og samvær i familien. Over halvdelen vurderer, at deres familierelationer og venskaber ville være bedre uden hovedpine.

82%

har undladt praktiske opgaver i familien de seneste 30 dage

82%

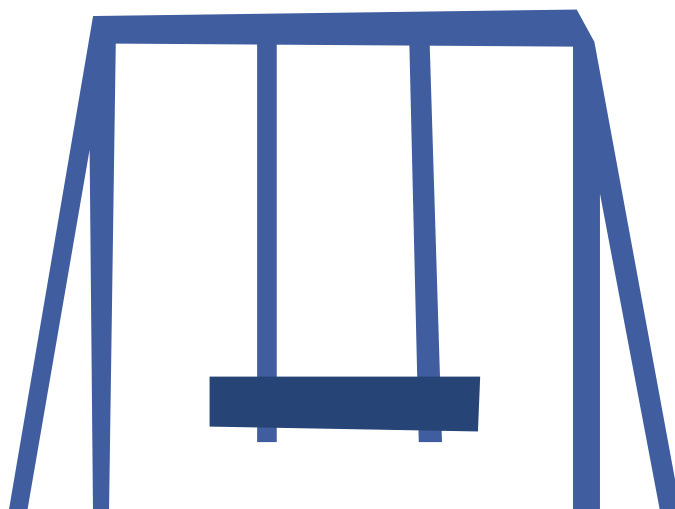
har været mentalt fraværende de seneste 30 dage

71%

har undgået familieaktiviteter de seneste 30 dage

69%

har overdraget forældreansvar de seneste 30 dage



Hovedpine påvirker forældreskab

Hovedpine påvirker også relationen til børnene. Flere end 1 ud af 3 vurderer, at deres børn ville have bedre livskvalitet, hvis de ikke havde hovedpine. Blandt dem med

daglig hovedpine gælder det over 60 %. Over halvdelen af forældrene mener, de ville være bedre forældre uden hovedpine.

39%

vurderer, at børnene ville have et bedre liv uden hovedpine

56%

mener, de ville være bedre forældre uden hovedpine

Beslutningen om at få børn

Omtrent 1 ud af 10 fortæller, at hovedpinen har påvirket beslutningen om at få børn – for eksempel ved at ud-

skyde, få færre børn eller helt undlade at få børn. Blandt personer med daglig hovedpine gælder det knap 20 %.

Hovedpine og parforhold

2 ud af 3 oplever, at hovedpine er en udfordring i parforholdet. Næsten halvdelen fortæller, at hovedpinen tidligere har haft en negativ indflydelse på et forhold, og næsten 1 ud af 10 angiver, at hovedpinen direkte har bidraget til et brud.

Hyppigheden spiller en tydelig rolle: Jo oftere hovedpine, desto større er risikoen for, at forhold belastes eller brydes. Halvdelen mener, de ville være en bedre partner uden hovedpine, og blandt dem med daglig hovedpine gælder det 70 %.

66%

oplever hovedpine som en udfordring i parforholdet

57%

mener, de ville være en bedre partner uden hovedpine

Referencer

Ashina M, Katsarava Z, Do TP, et al. Migraine: epidemiology and systems of care. Lancet 2021; published online March. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)32160-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)32160-7).

Do TP, Dømgård M, Stefansen S, Steiner TJ, Ashina M. Characterizing healthcare utilization patterns in a Danish population with headache: results from the nationwide Headache in Denmark (HINDER) panel. J Headache Pain 2023; 24: 18. <https://doi.org/10.1186/s10194-023-01553-w>.