

Hoofdpijn (medicatie-afhankelijk)

Wat is het?

Medicatie-afhankelijke hoofdpijn is een chronisch dagelijks hoofdpijnsyndroom dat ontstaat door overgebruik van medicatie die juist wordt ingenomen om pijn te bestrijden. Medicatie-afhankelijke hoofdpijn is meestal een verergering van een voorheen primaire vorm van hoofdpijn (migraine of spanningshoofdpijn). Zelden ontstaat het door overgebruik van medicatie voor pijn elders in het lichaam.

Waar heb je last van?

Medicatie-afhankelijke hoofdpijn is een zeurende hoofdpijn die dagelijks of bijna dagelijks aanwezig is. De hoofdpijn is er al bij het wakker worden en is dan vaak op zijn hevigst. De hoofdpijn wordt erger bij het pogen de uitlokkende medicatie te staken. Er is frequent een associatie met aandoeningen zoals angst- en depressieve stoornissen.

Wat is de oorzaak?

Alle acute (hoofd)pijnmedicatie kan medicatie-afhankelijke hoofdpijn veroorzaken. Frequentie, regelmaat en duur van inname zijn belangrijk bepalende factoren. Het maximale innameschema zou als volgt moeten zijn: 2 dagen medicijnen (triptanen en/of gewone pijnstillers), zeven dagen niets. Met name de regelmaat is een risicofactor, niet zozeer de hoeveelheid. Bij overschrijden van voorgenoemd schema, loop je het risico een medicatie-afhankelijke hoofdpijn te ontwikkelen.

Hoe wordt de diagnose gesteld?

Als je chronische hoofdpijn hebt (langer dan drie maanden meer dan 15 dagen hoofdpijn per maand) en je meer dan 15 dagen per maand of meer dan twee dagen per week pijnmedicatie (ongeacht de hoeveelheid per keer) inneemt, zou er sprake kunnen zijn van een medicatie-afhankelijke hoofdpijn. Voor sommige pijnstillers geldt dit zelfs al voor gebruik op meer dan 10 dagen per maand. Om te constateren of je werkelijk medicatie-afhankelijke hoofdpijn hebt, kun je het beste beginnen met het invullen van een hoofdpijndagboek.

Wat kun je eraan doen?

Het belangrijkste is het volledig staken van alle pijnmedicatie. Bij een groot aantal patiënten zal dit onttrekkingsverschijnselen geven. Meestal betreft dit een verergering van de bestaande hoofdpijn. Ook kunnen misselijkheid en braken, gespannenheid/overmatige prikkelbaarheid, een snelle hartslag/hartkloppingen en zweten optreden.

Migrainepatiënten die triptanen gebruiken kunnen in het kader van onttrekking hoofdpijnaanvallen ontwikkelen die lijken op een zware en verlengde migraine aanval. Met name in de eerste 1-2 weken zijn de onttrekkingsverschijnselen het hevigst. De dagelijkse hoofdpijn verdwijnt vervolgens niet meteen, maar wordt in de weken tot enkele maanden erna wel minder. Het oorspronkelijke hoofdpijntype zal dan vaak weer duidelijk worden.

In uitzonderingsgevallen wordt in de onttrekkingsfase overbruggingsmedicatie voorgeschreven, maar het effect hiervan is niet bewezen en het heeft geen invloed op het uiteindelijke beloop.

Je kunt gewoon thuis stoppen met de pijnmedicatie, een opname is in principe niet nodig. Naast het staken van de medicatie wordt aangeraden de leefstijl aan te passen, zoals beperken van

caffeinegebruik, voldoende lichaamsbeweging en streven naar een regelmatig eet- en slaappatroon. Onderliggende depressieve, angst- en slaapstoornissen moeten uiteraard worden behandeld.

Meer weten?

www.hoofdpijncentra.nl

www.hoofdpijnpatienten.nl

Contact

De polikliniek Neurologie is bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 08.00 tot 16.30 uur via telefoonnummer: (079) 346 2563

Wat vindt u van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen enkele vragen beantwoorden? U vindt de vragen via deze link: <https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228>. Dank u wel.

Spreekt u geen of slecht Nederlands?

De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Do you speak Dutch poorly or not at all?

This brochure contains information that is important for you. If you have difficulty understanding Dutch, please read this brochure with someone who can translate or explain the information to you.

Czy Państwa znajomość języka niderlandzkiego jest żadna lub słaba?

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

Hollandaca dilini hiç konuşamıyor musunuz veya kötü mü konuşuyorsunuz?

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilinde zorlanıyorsanız, bu broşürü, size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

إذا كنتم لا تتحدثون اللغة الهولندية أو تتحدثونها بشكل سيء إن المعلومات الموجودة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كانت لديكم صعوبة في اللغة الهولندية، فاحرصوا عندئذ على قراءة هذا المنشور مع شخص يترجم المعلومات أو يشرحها لكم.

525006052023