

Medicinoverforbrugshovedpine (MOH)

Et stort forbrug af smertestillende medicin kan forværre din hovedpine.

Hvad er medicinoverforbrugshovedpine?

Medicinoverforbrugshovedpine kan opstå, hvis man tager for mange smertestillende piller igennem en periode på mindst 3 måneder. Der kan være mange årsager til, at man udvikler et overforbrug af smertestillende medicin, f.eks. at ens hovedpine er blevet værre i en presset periode, og man derfor kommer til at skrue op for sit medicinforbrug. Ofte vil man opleve, at den smertestillende medicin virker dårligere end før eller slet ikke har nogen virkning på smerterne mere. Det fører meget nemt til, at man øger sit forbrug af smertestillende, der forsat har forringet virkning – og en ond cirkel er startet. Alle typer af anfaldsmedicin mod smerter kan fremkalde medicinoverforbrugshovedpine, også selvom det tages for en anden type smerte end hovedpine. Ved medicinoverforbrugshovedpine virker tiltag som fysioterapi eller forebyggende medicinsk behandling sjældent.

Hvor meget medicin er for meget?

Der er risiko for at udvikle medicinoverforbrugshovedpine, hvis man tager: Migrænemedicin, morfinpræparater og kombinationspræparater i 10 dage eller mere per måned i minimum 3 sammenhængende måneder eller almindelig smertestillende medicin i 15 dage eller mere per måned i minimum 3 sammenhængende måneder.

Hvad er behandlingen?

Den vanlige behandling er medicinsanering, hvilket betyder ophør af alle former for migræne- og smertestillende medicin i en periode på 2 måneder.

Det er afgørende for behandlingssucces at der er forståelse for, at den medicin der bruges til at behandle hovedpinen kan være med til at forværre og vedligeholde hovedpinen. Det vil i sig selv kunne få mange til at reducere deres medicinforbrug. De fleste forebyggende tiltag, både medicinske og ikke-medicinske, er uden effekt, hvis der samtidigt er medicinoverforbrug.

Behandlingen af MOH består i de første 2 måneder af 1) undervisning og information omkring forløbet 2) stop af alt smertestillende og migrænemedicin i to måneder - dette omfatter også midler der tages for andre smerter 3) støttemedicin for at udholde de voldsomme hovedpineanfald der måtte komme kan være nødvendigt 4) behandling af eventuelle abstinenssymptomer ved overforbrug af morfinpræparater.

Under behandlingsforløbet er det vigtigt med støtte og forståelse fra pårørende, arbejdsgiver og egen læge. Oftest vil man anbefale en sygemelding på 2-3 uger.

Når abstinenssymptomerne aftager, mærker mange ofte spontan bedring af hovedpinen over de næste uger til måneder. Mange mærker også en betydelig almen bedring i deres tilstand, da de nu ikke længere er påvirket af den daglige medicin. Det er vigtigt, at patienten registrerer hovedpinen og medicinforbruget enten i en diagnostisk hovedpinedagbog eller i en hovedpinekalender. Det kan være en fordel at benytte en diagnostisk hovedpinedagbog, da hovedpinens fænotype kan ændre sig i forløbet.

Efter to måneder uden anfaldsmedicin evalueres hovedpinemønsteret og eventuel ny behandling af den tilbageværende hovedpine kan genoptages.