



MENSTRUATION OG HOVEDPINE

Det er vigtigt at registrere kvinders menstruationsdage for at se, om hovedpine (især migræne) er relateret til hormonelle ændringer i løbet af menstruationscyklus. Den første dag af blødning er den første dag i menstruationscyklus. Varigheden af en cyklus er fra denne dag til dagen før næste blødnings første dag. En menstruationscyklus varer cirka 28 dage.

Menstruationsmigræne

Menstruationsmigræne defineres som migræneanfald der forekommer på menstruationens første dag \pm 2 dage i mindst 2 af 3 menstruations cyklusser. Med menstruation menes blødning som stammer enten fra menstruations cyklus eller ophør af tilført kvindeligt kønshormon, som ved østrogenholdige p-piller og cyklisk hormonterapi. Langt de fleste kvinder har også migræne anfald på andre tidspunkter end i relation til menstruationscyklus. Migrænen klassificeres i disse tilfælde som menstruationsrelateret migræne. Hvis der udelukkende forekommer migræneanfald i forbindelse med menstruation, defineres dette som ren menstruationsmigræne.

Betydning

Forekomsten af migræne er relateret til menstruationscyklus, dette gælder især for migræne uden aura. Således er migræne lige udbredt hos piger og drenge før puberteten, hvorimod cirka 3 gange så mange kvinder som mænd lider af migræne efter puberteten. Skiftende koncentration af kvindelige kønshormoner i løbet af menstruationscyklus medfører en øget hyppighed omkring menstruation og en mindsket hyppighed under graviditet, mens der ikke er nogen sikker relation til ægløsning. Ved menopausen oplever en del kvinder forværring af migrænen. Efter menopausen falder hyppigheden af migræne.

Kilde: Dansk Hovedpine Selskab. Reference Program: Diagnostik og behandling af hovedpine sygdomme og ansigtssmerter. 2. udgave. Kbh. 2010.