

Kontaktisikud CSG-is:

Präsident:

Dr. Harald Müller, 41539 Dormagen

Tel. 00492133478-484

harald.mueller@clusterkopfschmerz-selbsthilfe.de

Generalsekretär:

Jakob C. Terhaag, 52525 Waldfeucht

Tel. 004924559309954

jakob.c.terhaag@clusterkopfschmerz-selbsthilfe.de

Vizepräsident:

Hans-Josef Liebertz, 50321 Brühl

Tel. 00492232931550

h.josef.liebertz@clusterkopfschmerz-selbsthilfe.de

Schatzmeisterin:

Anja Alsleben, 48599 Gronau

Tel. 00492562965-255

anja.alsleben@clusterkopfschmerz-selbsthilfe.de

Kontaktisik teie lähikonnas:

Infolehe edastamine ja paljundamine,
et seda tasuta levitada, on väga
soovitav.

Selleks palume teil tellida mõnelt allpoolloodud
aadressilt diskett või laadida vajalikud failid
allpoolloodud koduleheküljelt.

Ei ole lubatud muuta infolehe sisu või kujundust

Copyright 2001

CSG e.V.
Talstr. 53
52525 Waldfeucht

Tel. 02455 / 9309954

www.clusterkopfschmerz.de

www.clusterkopfschmerz-selbsthilfe.de

info@clusterkopfschmerz.de

1.1-260601

Für die Übersetzung dieses Flyers danken wir sehr herzlich
tectranslate OHG, unserem Sponsor für Übersetzungen –
www.tectranslate.com - Sabine Nowak

Kobarpeavalu – mis see on?

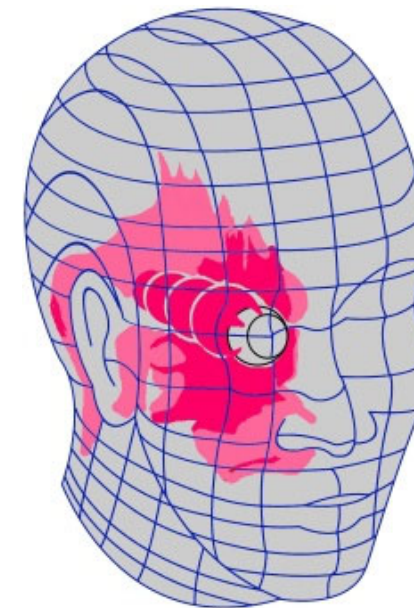
CSG

Clusterkopfschmerz-

Selbsthilfe-

Gruppen

Saksamaa



Mis on kobarpeavalu ?

Kobarpeavalu, mida nimetatakse ka Bing-Hortoni peavaluks, on väga tugev valu, ja esineb peaaegu alati ühepoolsena ning samal pool. Enamasti esineb haigushoogusid ainult mõne nädala jooksul aastas. Olenevalt haiguse kulgemisest eristatakse mitmeid vorme.

Haiguse ingliskeelne nimi ‚cluster‘ tähendab kobarat. Selle all peetakse silmas asjaolu, et haigushoog esinevad enamasti teatud ajavahemikus tihedalt koos, näiteks kevadel või sügisel.

Uusimad uuringud seda aga ei kinnita. Väga äge valu esineb hooti ja peaaegu alati ühepoolselt silma- või oimupiirkonnas. Haigushoog algavad ilma eelnevate sümptomiteta tavaliselt öösel umbes 90 minutit pärast uinumist ning kestavad 15 minutist 3 tunnini. Paljud selle haiguse all kannatavad inimesed ärkavad ka hommikul peavaluga üles või tabab haigushoog neid päeval. Haigushoogude arv päevas/öö jooksul on ühest kaheksani.

Haigushoog alguses läheb patsiendil reeglina peavalu poolses küljes nina vesiseks ja silm tõmbub punaseks ning hakkab vett jooksuma. Erinevalt migreenipatsientidest, kes püüavad tagasi tõmbuda pimendatud ruumi ja soovivad vaikust, muutub kobarpeavalu all kannatav haige rahutuks. Ta käib ringi, surub käed oimukohtadele või silmadele, otsib jahedust ning äärmuslikel juhtudel karjub ja peksab pead vastu seinu.

Umbes 80 % kobarpeavalu all kannatavatest inimestest esinevad haigushoogud perioodiliselt mõne nädala või kuu vältel aastas. Sel juhul räägitakse episoodilisest kobarpeavalust. Kobarperioodi vältel vallandab valuhoo sageli niinimetatud päästik.

Kobarperiood võib kesta mõnest päevast mitme kuuni. Sellele järgnevad mõnikord nädalad, kuud või isegi aastad, mil patsient elab kaebustevabalt.

Kobarpeavalu põhjused

Kobarpeavalu tegelik põhjus on endiselt tundmatu.

Kuid on vähemalt kaks teooriat, mille abil püütakse kobarpeavalu tekkimist selgitada.

Kobarpeavalu vaskulaarne peavalu.

See teooria esindab seisukohta, et veresooni laiendavad ained võivad esile kutsuda kobarpeavalu. Seejuures pidavat valu põhjustama silmade ja silmakoopa (sinus cavernosus) veresoonestiku bakterivaba põletik. Nende veresoonte muutusi on võimalik visuaalsete meetoditega nähtavaks muuta.

Põletiku tõttu paksenenud sooned blokeerivad seejuures vere äravoolu ja suruvad unearteri (arteria carotis) vastu kanali seinu, läbi mille see koljusse suundub. Sellest tingitud sümpaatikusnärvide ärritus põhjustab selliseid tüüpilisi kaasnähtusi nagu pisaratevool, silmade punetamine ja kinnine, tilkuv nina.

Süüdi on hüpotalaamus

Teine oletus lähtub sellest, et kobarpeavalu all kannatavatel inimestel on suurenenud ajumass hüpotalaamuse piirkonnas, mis on vaheaju üks osa.

Kuna vaheaju kontrollib muuhulgas une ja ärkveloleku rütmi ja muid biorütme, võiks selle mõju selgitada kellavärgi täpsusega esinevat kobarpeavalu ja kevad-/sügisrütmi. Visuaalsed meetodid näitavad seal kobarpeavalu all kannatavatel inimestel haigushoog ajal närvirakkude aktiveerumist, mida teiste peavalupatsientide juures ei täheldata. Patsiendi jaoks on tähtis leida arst, kes seda probleemideringi tunneb.

See ei ole alati lihtne, kuid see tasub end ära.

Kui kannatate kobarpeavalude käes, otsige seni, kuni leiate „õige“ arsti.

Teine oluline võimalus tulla toime kobarpeavalu ja selle tagajärgedega, on osaleda mõnes omaabigrupis. Praegu asutatakse Saksamaal sõltumatuid kobarpeavalu omaabigruppe. Et erineda

teistest meetmetest ning et ühiselt esineda, kasutavad need omaabigrupid lühendit

CSG.

Kui ka teie kannatate kobarpeavalude all, ühinege meiega. Nii aitate ennast ja teisi. Käesoleva infolehe esiküljel leiate info kontaktisikute kohta.

Kui te ei taha või ei saa aktiivselt osaleda, võite sellest hoolimata aidata rahalise annetusega, olenemata sellest, kas kannatate ise kobarpeavalude all või mitte. Või oskate ehk meile nimetada mõnd sponsorit. Sponsorid jaoks on sellel infolehel ikka veel ruumi.....