

## Ansprechpartner der CSG:

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

Die Weitergabe und Vervielfältigung  
zum Zwecke der kostenlosen  
Verbreitung ist ausdrücklich  
erwünscht.

Zu diesem Zweck fordern Sie bitte bei den unten  
genannten Adressen eine Diskette an oder laden Sie  
sich die erforderlichen Dateien von der unten  
genannten Homepage herunter.

Eine Veränderung des Inhaltes oder der Gestaltung  
ist nicht erlaubt.

Copyright 2001

**CSG e.V.**  
Talstr. 53  
52525 Waldfeucht

**Tel. 0049 2455 / 9309954**

[www.clusterkopfschmerz.de](http://www.clusterkopfschmerz.de)  
[www.clusterkopfschmerz-selbsthilfe.de](http://www.clusterkopfschmerz-selbsthilfe.de)

[info@clusterkopfschmerz.de](mailto:info@clusterkopfschmerz.de)

1.1-260601

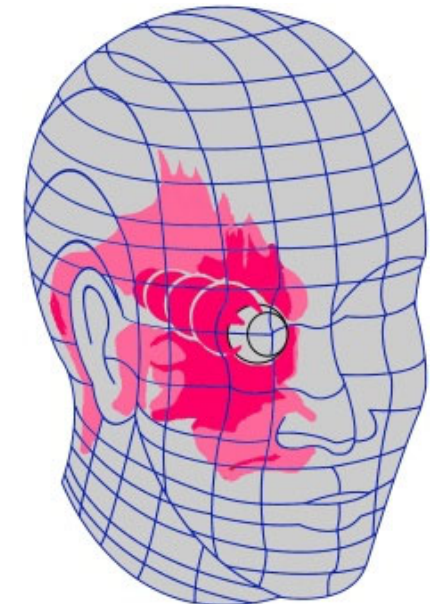
Für die Übersetzung dieses Faltblattes ins  
Ungarische danken wir ganz herzlich Kerstin und  
Gustav Szanyi

# Cluster-fejfájás – mi ez ?

# CSG

**Clusterkopfschmerz-  
Selbsthilfe-  
Gruppen**

Deutschland



## Cluster-fejfájás – mi ez ?

A „Cluster“-fejfájás a fejfájás egyik speciális és legfájdalmasabb formája, amit a 19. század végén leegelőször mint önálló betegséget ismertek el. A betegséget először két orvosról nevezték el, Bing és Horton, (Bing-Horton szindróma) akik elsőként diagnosztizálták. Később a „Cluster“ elnevezést kapta meg. Az angol eredetű neve kifejezi a rá jellemző tünetek összeségét:

- szezonáltság (tavaszi / őszi megjelenés)
- panaszok rohamszerű jelentkezése
- fájdalom erősségének fokozódása

A panaszok legtöbbször a fej valamelyik oldalán a szem és halánték környékén jelentkeznek. A rohamok tarthatnak 15 perctől kezdve 3 óráig és leggyakrabban éjszaka jelentkeznek. A fejfájás erős orrvádékozással és könnyezéssel jár együtt és csak az érintett oldalon.

A megfigyelések azt mutatják, hogy a Cluster-fejfájásban szenvedők ellentétben a más típusú fejfájásokkal (migrén) nem sötét, nyugott helyre húzódnak vissza, hanem izgatottak lesznek, le-föl járkálnak a lakásban és borogatással próbálják enyhíteni a fájdalmat. A fájdalom az lviselhetetlenség tud fokozodni. A legrosszabb esetben a fejüket a falba verik, mert a külső fájdalmat jobban el tudják viselni mint a belsőt.

A betegek 80 % ának az év ugyanabban a szakaszában, legtöbbször ősszel vagy tavasszal – az évszakváltásnál – lép fel. A rohamok időtartama lehet pár nap, de elhúzódhat több hónapig is.

A panaszokat élelmiszerek is kiválthatják (sajt, dió, zsír, kolbász, hal – hús általában – alkohol). De ezt mindenki saját maga tudja kitapasztalni. A Cluster-fejfájás – bár már 100 év óta létezik – a mai napig nem tudták a kiváltó okát megállapítani.

## A betegség feltételezett okozójai

### Az eddigi orvosi megfigyelések alapján két fő irányvonalat vázolnak fel a betegség okát keresve:

- **Cluster-Fejfájás** ez semmi más mint **az agyi hajszálerek gyulladása** és a szem körüli vénák (Sinus cavernosus) steril gyulladása. Tehát a hajszálerek gyulladása miatt a vénás visszafojás akadályozva van, ezért a arteriás erek és a nyaki verőér (Arteria carotis) kitágulnak és a koponya csonthoz nyomodnak. Emiatt a koponyaüregi nyomás megnövekszik, ami a Sympathikus ideget izgatja, és ez az okozója a tünetegyüttesnek (orrvádékozás, könnyezés és izgatottság).

## A Cluster-fejfájás második feltételezett oka:

- Az agyalapi mirigy (Hypothalamus) az okozója.

A Hypothalamus környékén az agyszövet nagyobb (több), ezáltal a középagy mérete is megnö.

A középagy vezérli az életritmust (álvás, ébrenlét) és a bioritmust is. Ezzel megmagyarázzák a szezonálisitását a betegségnek.

Clusterfejfájásom van – mit tegyek?

A legfontosabb, hogy akinek ilyen jellegű panaszai vannak olyan orvost keressen fel, aki ennek a tünetegyüttesnek a szakértője és megfelelő gyógyszert vagy kezelést tud nyújtani. Ez nem mindig egyszerű, de mindenképpen megéri.

Ha Ön érintve van, keresse a „megfelelő“ orvost addig, amíg meg nem találja.

Egy másik lehetőség még, önszegélyző csoportokat alakítani, ahol mindenki közzé teheti tapasztalatait a betegséggel ill. a kezeléssel kapcsolatban. (Manapság léteznek többféle gyógymódok, amivel a fájdalmakat enyhíteni lehet: például Oxigén-kezelés).