

## CSG kontaktiniai asmenys:

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

## Kontaktiniai asmenys regione:

Mes primygtinai leidžiame perduoti ir kopijuoti nemokamam platinimui.

Tam prašome kreiptis žemiau nurodytu adresu ir paprašyti lanksčiojo diskelio arba parsisiųsdinti reikiamus failus iš žemiau nurodytos interneto svetainės.

Keisti turinį arba apiforminimą draudžiama.

Copyright 2001

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

Tel. 0049 2455 / 9309954

[www.clusterkopf.de](http://www.clusterkopf.de)

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

[www.clusterkopfschmerz-selbsthilfe.de](http://www.clusterkopfschmerz-selbsthilfe.de),  
[info@clusterkopfschmerz.de](mailto:info@clusterkopfschmerz.de)

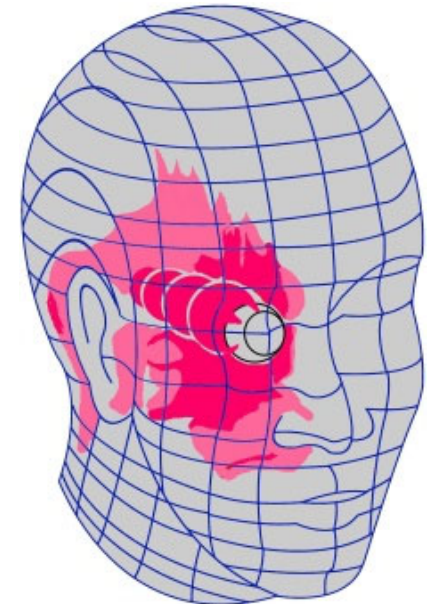
1.1-260601

Für die Übersetzung dieses danken wir sehr herzlich **tectranslate OHG**, unserem Sponsor für Übersetzungen –  
[www.tect5ranslate.com](http://www.tect5ranslate.com) - Sabine Nowak

Klusterio galvos  
skausmas – kas tai  
yra?

# CSG

**Clusterkopfschmerz-**  
**Selbsthilfe-**  
**Gruppen**  
**Vokietija**



## Kas yra klusterio galvos skausmas?

Labai skausmingas klusterio galvos skausmas – histamininė cefalija, - dar vadinamas Hortono sindromu, beveik visada kyla vienoje, toje pačioje galvos pusėje. Dažnai priepuoliai būna tik keletą savaičių per metus. Priklausomai nuo eigos skiriamos įvairios jos formos. Pavadinimas klusteris kilęs iš anglų kalbos ir reiškia „kuokštą, pluoštą“. Tai reiškia, kad priepuoliai būna dažniausiai serijomis tam tikru laikotarpiu, pavyzdžiui, pavasarį arba rudenį. Naujausi tyrimai tai paneigia. Labai aštraus galvos skausmo priepuoliai beveik visada yra vienpusiai ir jaučiami akiduobės arba smilkinio srityje. Priepuoliai, kurie prasideda staiga ir dažniausiai naktį, praėjus maždaug 90 minučių nuo užmigimo, trunka nuo 15 minučių iki 3 valandų. Daugeliui ligonių jie kyla ir nemiegant arba dieną. Priepuolių skaičius būna nuo vieno iki aštuonių per dieną/naktį. Priepuolio metu kaip taisyklė toje pusėje ima skirtis išskyros iš nosies, parausta ir ima ašaroti akis. Kitaip nei sergantieji migrena, kurie priepuolio metu stengiasi būti ramiai užtamsintoje patalpoje, sergantieji histaminine cefalija apima nerimas. Jis pradeda vaikščioti, rankomis spaudžia smilkinius ar akis, ieško vėsos, o ekstremaliais atvejais rėkia ir daužo galvą į sieną. Maždaug 80% sergančiųjų histaminine cefalija priepuoliai kartojasi periodiškai tam tikromis metų savaitėmis ar mėnesiais. Todėl kalbama apie epizodinį klusterio galvos skausmą. Klusterio periodo metu skausmo priepuolius dažnai iššaukia taip vadinami trigeriai (sukėlėjai). Klusterio periodas gali trukti nuo poros dienų iki keleto mėnesių. Po to seka savaitės, mėnesiai ar netgi metai, kurių metu ligonis gali gyventi be rūpesčių.

## Klusterio galvos skausmo priežastys.

Tikroji klusterio galvos skausmo priežastis vis dar nežinoma. Bet yra bent dvi teorijos, bandančios paaiškinti klusterio galvos skausmo atsiradimo mechanizmą.

### Klusterio galvos skausmas kyla iš kraujagyslių.

Šios teorijos šalininkai laikosi nuomonės, jog klusterio priepuolį gali iššaukti kraujagysles plečiančios medžiagos. Taigi pagal ją skausmas kyla dėl nebakterinio akies venų tinklo ir sinus cavernosus uždegimo. Šių venų pokyčius galima pamatyti, atliekant tyrimus vaizdiniais metodais. Dėl uždegimo sustorėjusios venos blokuoja kraujo nutekėjimą ir spaudžia arteria carotis (miego arteriją) prie kanalo, kuriuo ji eina kaukolėje, sienelės. Dėl to dirginamas nervus sympathicus, o tai sukelia tipiškus lydinčiuosius simptomus: ašarojimą, akių paraudimą bei užgultą, tekančią nosį.

### Kaltas pagumburis (hypothalamus)

Antroji hipotezė remiasi tuo, jog sergančiųjų histaminine cefalija pagumburio, kuris yra tarpinių smegenų dalis, srityje smegenų masė yra padidėjusi. Kadangi tarpinės smegenys, be kitų funkcijų, taip pat reguliuoja ir miego-būdravimo ir kitus biologinius ritmus, jų dalyvavimas galėtų paaiškinti kaip pagal laikrodį kylantį klusterio galvos skausmą bei pavasario/rudens periodiškumą. Atliekant tyrimus vaizdiniais tyrimo metodais, čia sergantiesiems histaminine cefalija priepuolio metu diagnozuojamas nervų ląstelių suaktyvėjimas, kurio nėra esant kitokiems galvos skausmams. Ligoniams yra svarbu rasti gydytoją, gerai susipažinusį su problematika. Tai ne visada lengva, bet pasiteisina.

**Jei tai Jus liečia, ieškokite tol, kol rasite „teisingą“ gydytoją.**

Kita svarbi galimybė, kaip gyventi su klusterio galvos skausmu ir jo pasekmėmis yra dalyvavimas savipagalbos grupėje. Šiuo metu Vokietijoje kuriamos nepriklausomos sergančiųjų klusterio galvos skausmu savipagalbos grupės. Kad būtų galima atskirti nuo kitų iniciatyvų bei informuoti vieningai, jos naudojami trumpiniai

## CSG.

Jei Jus tai taip pat liečia, prisidėkite. Padėkite sau ir kitiems. Ant šio informacinio lapelio viršelio nurodyti kontaktiniai asmenys. Jei nenorite ar negalite prisidėti aktyviai, nesvarbu, ar Jūs sergate ar ne, Jūs vistiek galite padėti finansiškai. Arba pasakykite, kas galėtų mus paremti. Šiame informaciniame lapelyje dar yra vietos rėmėjui.....